المباريات المصغرة
فى
كرة القدم

فهرسة أثناء النشر/ إعداد الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية. إدارة الشئون الفنية

إبراهيم، مفتى
المباريات المصغرة فى كرة القدم/ إعداد: مفتى إبراهيم/ ط ١ / القاهرة: مركز الكتاب للنشر، ٢٠١٧م.
١٥٦ ص؛ ١٧×٢٤ سم
تدمك: ٦- ٥٨٥-٢٩٤-٩٧٧-٩٧٨
رقم الإيداع: ٢٠١٧/٢٠٤٠

دار النشر: مركز الكتاب للنشر
عنوان الكتاب: المباريات المصغرة فى كرة القدم
اسم المؤلف: مفتى إبراهيم
رقم الطبعة: الأولى
تاريخ الطبع: ٢٠١٧

شارع الهداية بلوك ١٨ قطعة ١ – حى السفارات – مدينة نصر – القاهرة
ت: ٠١٢٢٧٣١٠٠٤٢ – ٢٣٥٢٢٠٩٥
فاكس: ٢٣٥٢٢١٥٤ – ٢٢٦٣٦٨٥٠
E.mail: markazelkitab@hotmail.com

المباريات المصغرة

فى

كرة القدم

الدكتور

مفتى إبراهيم

أستاذ كرة القدم بجامعات مصر وجامعة الإمارات العربية المتحدة.

والحائز لوسام جمهورية مصر العربية لكونه مدرب النادى الأهلى الحائز على بطولة إفريقيا ١٩٨٥م.

والحائز لجائزة الأمير فيصل بن فهد الدولية ٢٠٠١م، مؤسس ومدير أكاديمية النادى الأهلى السعودي

الحائز على شهادة تقدير خاصة من اللجنة الأوليمبية الدولية ٢٠٠١م

مركز الكتاب للنشر

الطبعة الأولى

٢٠١٧

إهداء الكتاب

يهدى المؤلف هذا الكتاب إلى الكباتن نجوم النادى الأهلى المصرى فى الستينيات من القرن الماضى..

الواقفون من اليمين: محمد وجيه - فتحى خطاب - صالح سليم - علوى مطر - محمد العافية - عزت أبو الروس - محمود السايس.

الجالسون من اليمن: عبد الجليل حميدة - مصطفى عبد الغالى - محمود الجوهرى - ميمى عبد الحميد - والمؤلف مفتى إبراهيم.



كما يهدى المؤلف هذا الكتاب كذلك إلى الكباتن نجوم النادى الأهلى المصرى فى الستينيات من القرن الماضى..

الواقفون من اليمين: سمير أبو السعود - مصطفى عبد الغالى - طه إسماعيل - محمود السايس - المؤلف مفتى إبراهيم فتحى خطاب - سمير زاهر - رفعت الفناجيلى .

الجالسون من اليمين: حازم كرم - محمد العافية عبد الجليل حميدة - محمود الجوهرى - أحمد زايد - عوضين- عزت أبو الروس.







الواقفون من اليمين: أبو رجيلة - عزت أبو الروس - مصطفى عبد الغالى - أحمد رفعت - علوى مطر - مفتى إبراهيم - فتحى خطاب - حمادة إمام - صالح سليم - نبيل نصير - محمود عبد الرحيم - شوقى حسين، وحسنين.

الجالسون من اليمين: عبد الجليل حميدة - أحمد عفت - فاروق السيد - ميمى عبد الحميد - رأفت عطية - محمود الجوهرى - ألدو - محمد العافية - محمود السايس.

مقدمة

يهدف هذا الكتاب إلى تقديم مجموعة من المباريات المصغرة، والمباريات المصغرة هى مجموعة من التمرينات التدريبية فى كرة القدم تتجسد خلالها العديد من المواقف التى تحدث فى المباراة، ويشارك فى تلك المواقف عدد من اللاعبين يقل عن العدد القانونى الذى تبدأ به المباراة غالبًا وهو ١١ ضد ١١.

ويساعد العدد الصغير اللاعبين المشاركين فى المباريات المصغرة فى استيعاب النقاط الفنية للمواقف العديدة بتلك المباريات.

والمساحة المحدودة المستخدمة بالمباريات المصغرة بطريقة مفتى الطولية تمثل مساحة واقعية يمكن تطبيق كافة الجوانب الفنية من خلالها.

تناول الكتاب ثلاثة وخمسون مباراةً مصغرة بالشرح الواقعى، وقدم تسعة عشر أساس من أسس ومبادئ تطبيقات طريقة مفتى الطولية.

ويواصل المؤلف بتقديمه هذا الكتاب بعون الله تعالى تطوير وابتكار طرق التدريب وطريقة مفتى الطولية.

وندعو الله تعالى أن يجعل هذا المؤلف فائدة لتطوير كرة القدم.

مفتى إبراهيم

الرموز المستخدمة فى الكتاب

أولًا: رموز اللاعبين

لاعب مهاجم

لاعب مدافع

لاعب مشترك مهاجم أو مدافع مع المجموعتين

لاعب ممرر للكرة

تحرك لاعب بدون كرة

تحرك لاعب بالكرة

حركة الكرة الأرضية للتمرير أو التهديف

حركة الكرة العالية للتمرير أو التهديف

ثانيا: رموز الأدوات المستخدمة

قمع بلاستيكى لتحديد الأقسام الطولية بالملعب

طبق بلاستيكى لتحديد أقسام الملعب أو مساحات

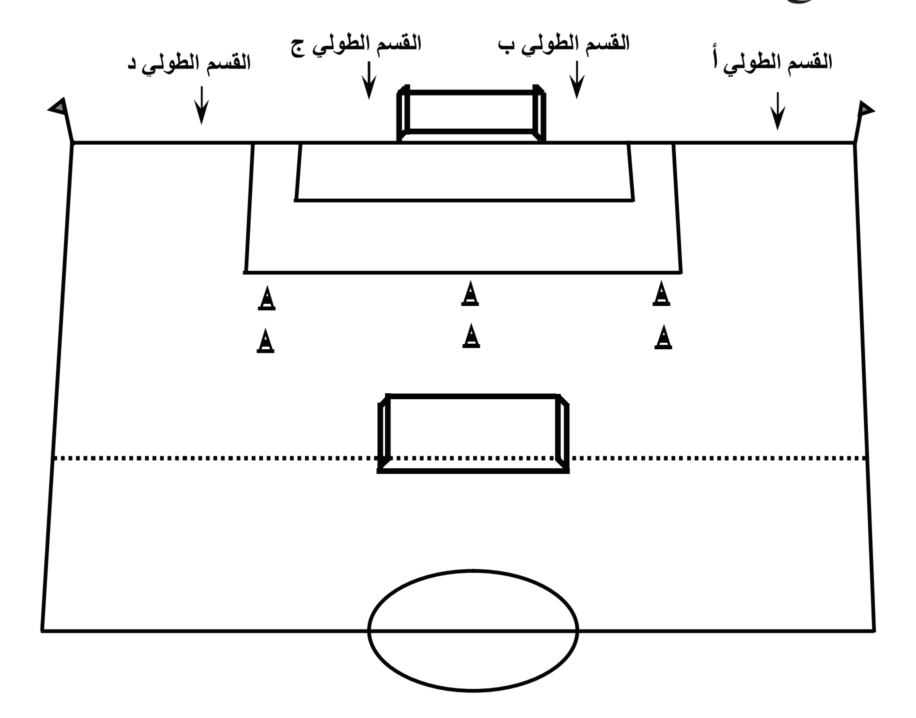
الكرة أو الكرات

ثلاثة لاعبين ضد ثلاثة لاعبين (مجموعتان ضد بعضهما) ٣ × ٣

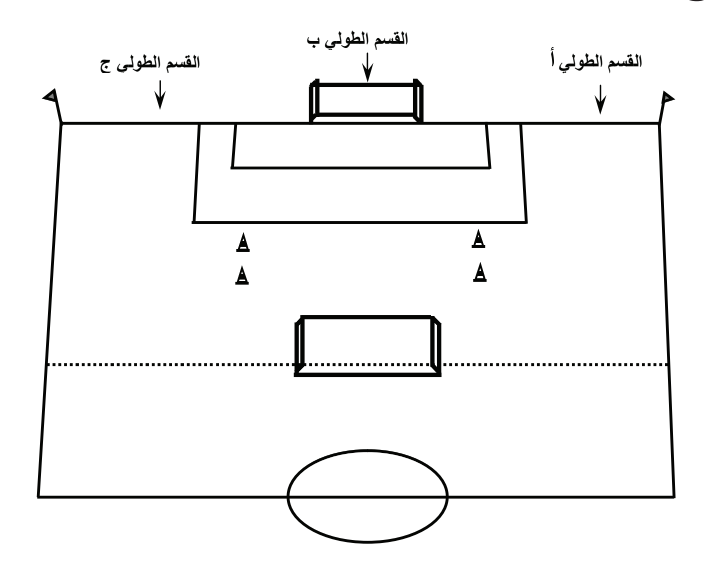
ثلاثة لاعبين ضد ثلاثة لاعبين ولاعب مشترك (مجموعتان ضد بعضهما) ٣ × ٣ + ١

ثالثًا: المساحة المستخدمة من الملعب القانونى أو أى مساحة مناسبة أخرى مستخدمة

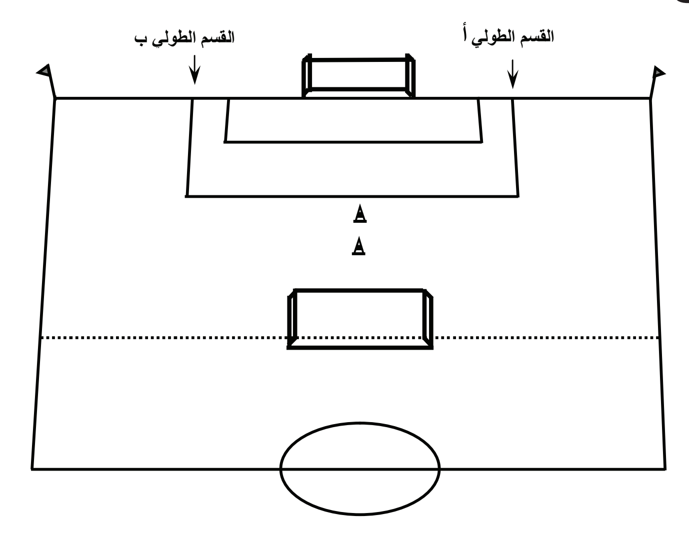
ربع ملعب مقسم ٤ أقسام بطريقة مفتى الطولية محددة بأقماع أو ببديل آخر مع مراعاة أن يكون آخر قمع بعيدا عن منطقتى الجزاء بمسافة مناسبة تسمح بدخول اللاعبين إلىها، كما هو موضح بالشكل فى أسفل.



ربع ملعب مقسم ٣ أقسام بطريقة مفتى الطولية محددة بأقماع أو ببديل آخر مع مراعاة أن يكون آخر قمع بعيدا عن منطقتى الجزاء بمسافة مناسبة تسمح بدخول اللاعبين إليها، كما هو موضح بالشكل فى أسفل.



ربع ملعب مقسم قسمين بطريقة مفتى الطولية محددة بأقماع أو ببديل آخر مع مراعاة أن يكون آخر قمع بعيدا عن منطقتى الجزاء بمسافة مناسبة تسمح بدخول اللاعبين إليها، كما هو موضح بالشكل فى أسفل.



إن ما ينطبق على التقسيمات الطولية بربع الملعب السابق عرضها ينطبق أيضا على نصف الملعب أو ثلاثة أرباعه.

يرجى مراجعة طريقة مفتى الطولية تفصيليا وبالتمرينات التوضيحية فى المراجع التالية:

١) جمل الرشاقة المركبة مع المهارات، دار الكتاب الحديث، ٢٠١٢م.

٢) جمل الرشاقة والمهارات فى كرة القدم بطريقة مفتى الطولية، دار الكتاب الحديث، ٢٠١٣م.

٣) الجمل الخططية فى كرة القدم،دار الكتاب الحديث،٢٠١٣م.

٤) المساحات الخالية فى كرة القدم، مركز الكتاب للنشر بالقاهرة ٢٠١١م.

٥) برامج فترة الأعداد فى كرة القدم برنامجين و٨٦ وحدة تدريب، دار الكتاب الحديث، بالقاهرة، ٢٠١١م.

٦) ٤-٤-٢ التعليم والتطوير بطريقة مفتى الطولية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠١١م.

٧) برامج أكاديميات كرة القدم ، منشأة المعارف الإسكندرية، ٢٠١٠م.

مفهوم وخصائص التدريب
بالمباراة المصغرة فى كرة القدم



مفهوم وخصائص التدريب
بالمباراة المصغرة فى كرة القدم

❑ مصطلح المباراة المصغرة يشير إلى تمرين تدريبى فى كرة القدم تتجسد خلاله العديد من المواقف التى تحدث فى المباراة ويشارك فى تلك المواقف عدد من اللاعبين يقل عن العدد القانونى الذى تبدأ به المباراة غالبا وهو ١١ ضد ١١.

❑ من أمثلة المباريات المصغرة كل مما يلى:

- ١ ضد ١ .
- ٢ ضد ٢ .
- ٣ضد ٣ ، وهكذا وصولا إلى ١٠ ضد ١٠ .

❑ من خصائص استخدام أسلوب التدريب بالمباريات المصغرة خلال البرامج التدريبية لكرة القدم وصولا إلى وحدات التدريب ما يلى:

- إن أسلوب المباريات المصغرة يمثل موقف حقيقى مصغر من تلك المواقف التى يمكن أن تحدث بالمباريات.
- إن العدد الصغير للاعبين المشاركين فى المباريات المصغرة يمكنهم من استيعاب النقاط الفنية للمواقف العديدة بتلك المباريات.
- إن المساحة المحدودة المستخدمة بالمباريات المصغرة بطريقة مفتى الطولية تمثل مساحة واقعية يمكن تطبيق كافة الجوانب الفنية من خلالها، وبالتالى فالتدريب فى تلك المساحات المصغرة تمكن اللاعبين المهاجمين والمدافعين من تكوين برامج ذهنية حركية للأداء الفنى يمكن اللاعبين من استرجاعها خلال المباراة كاملة العدد ومن ثم يمكن أن يتطور أداء اللاعبين إلى الأفضل.

- إن المساحة المحدودة للمباريات المصغرة باستخدام طريقة مفتى الطولية تمكن المدرب من تحقيق أفضل تدرج ممكن سواء التدرج فى استخدام مساحة الملعب أو التدرج فى عدد اللاعبين أو التدرج فى استخدام المهارات والقواعد الخططية والخطط ذاتها سواء أكانت هجومية أم دفاعية.

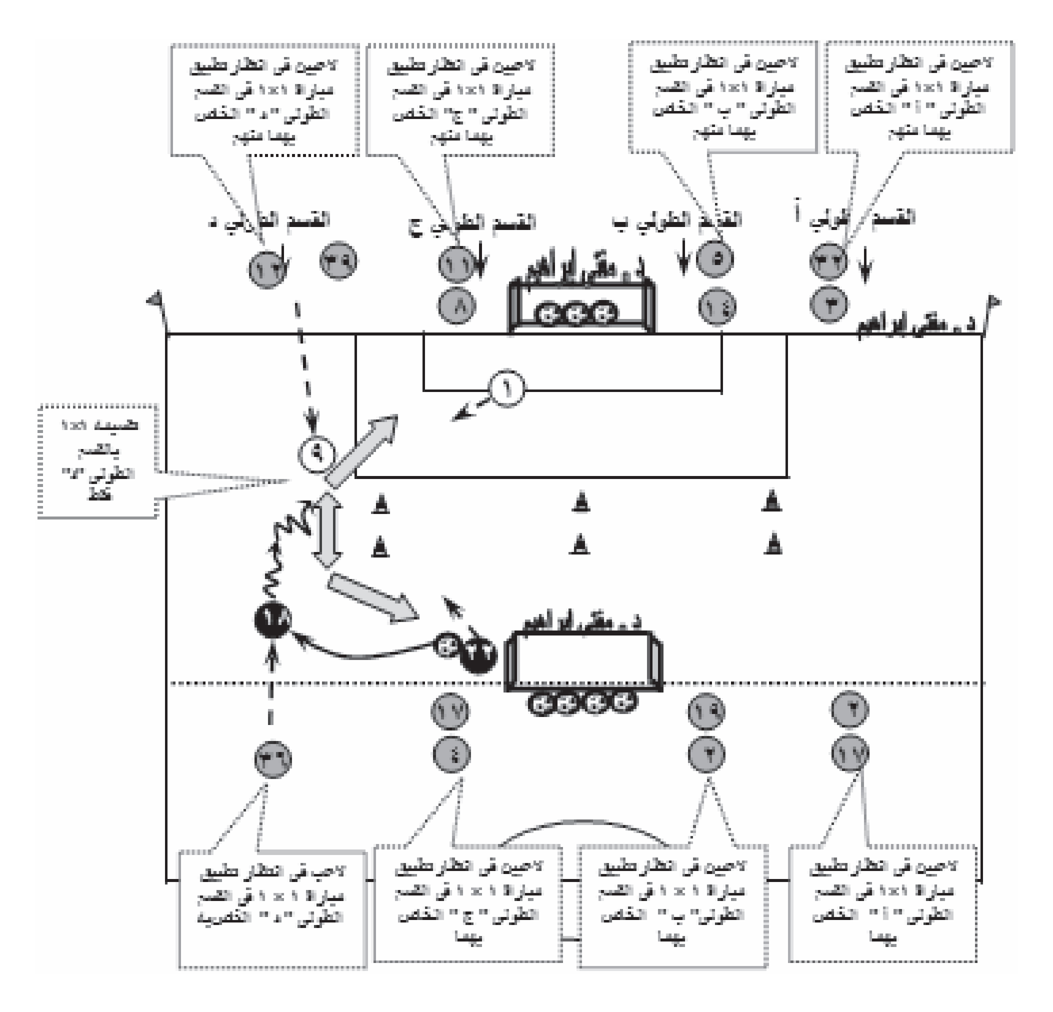
المباراة المصغرة رقم ١

تنظيم المباراة المصغرة:

❒ مباراة مصغرة واحدة بالقسم الطولى (د) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين فى المباراة المصغرة:

❒ ١×١ (١ لاعب + حارس ضد ١ لاعب + حارس).



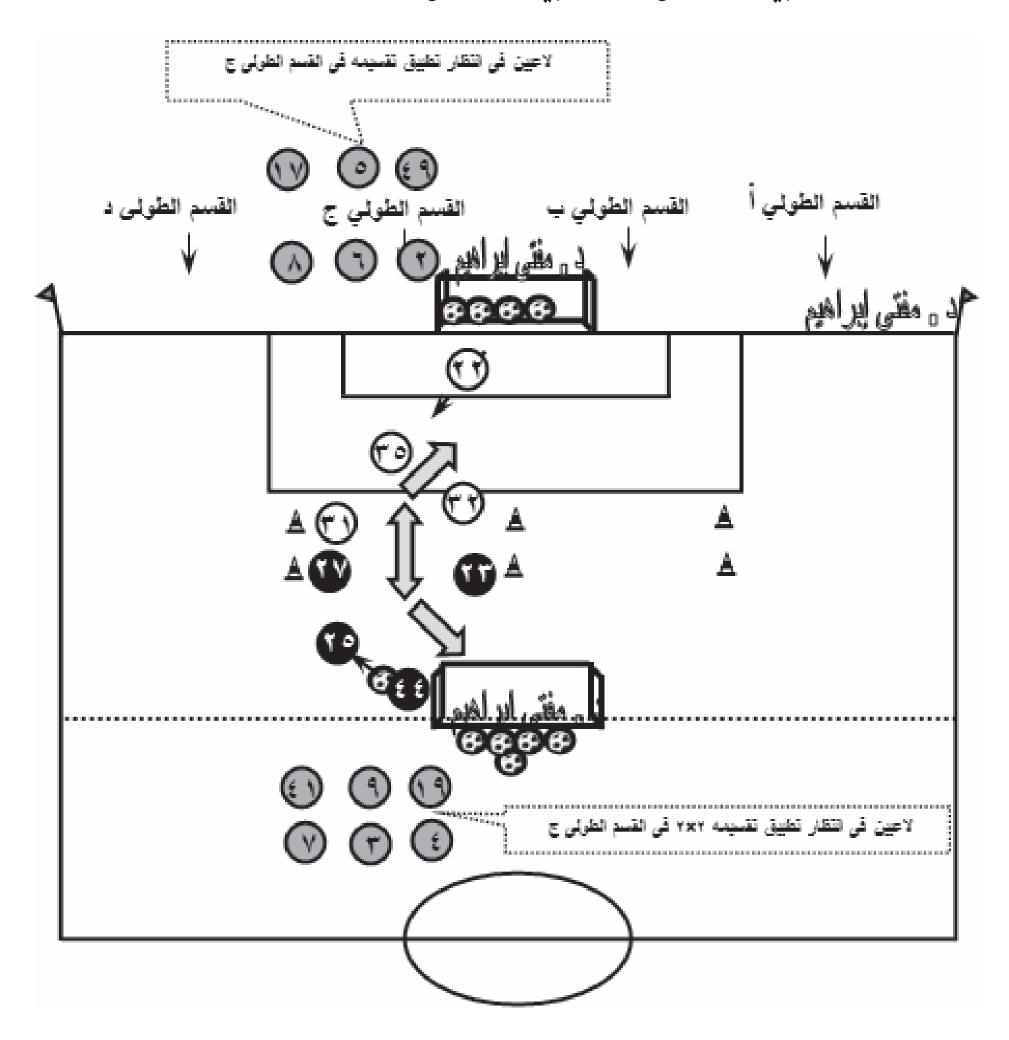
المباراة المصغرة رقم ٢

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراة مصغرة واحدة بالقسم الطولى (ج) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين فى المباراة المصغرة:

❐ ٣×٣ (٣ لاعبين + حارس ضد لاعبين + حارس).



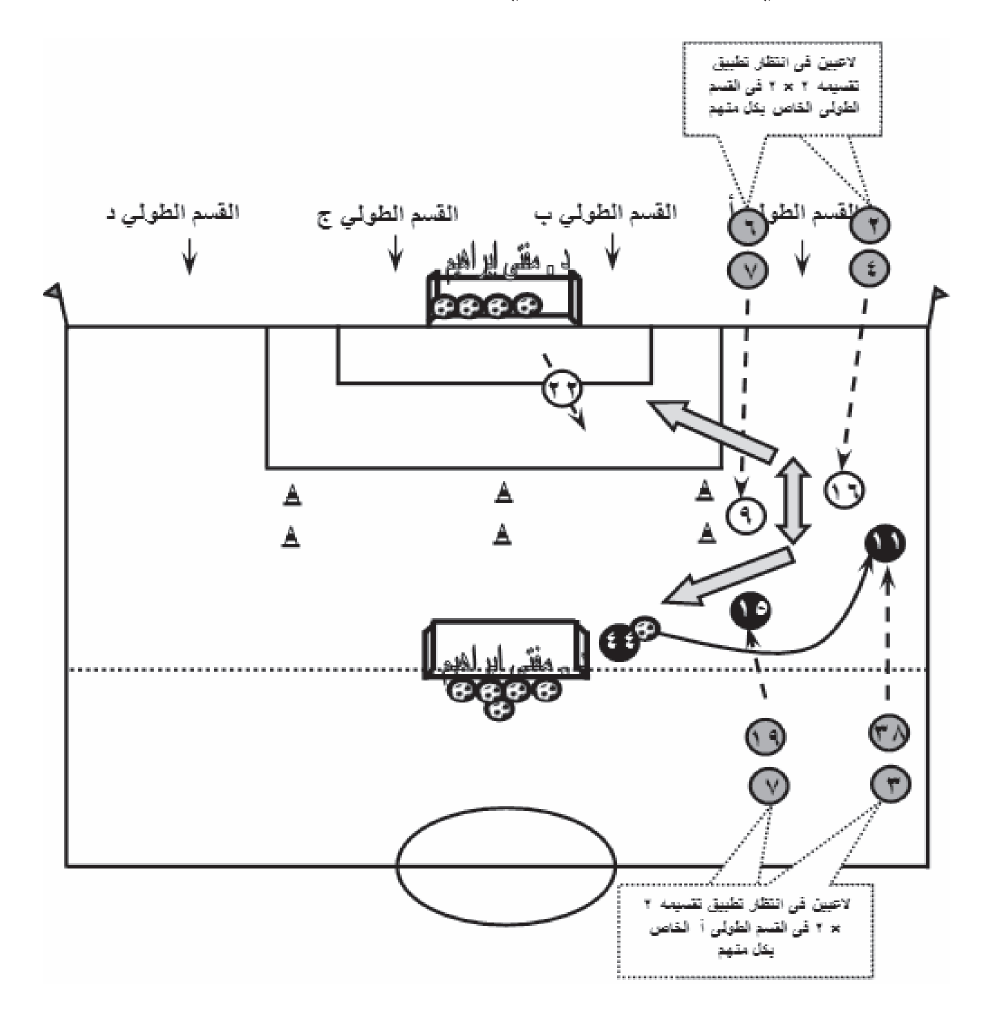
المباراة المصغرة رقم ٣

تنظيم المباراة المصغرة:

❑ مباراة مصغرة واحدة القسم الطولى (أ) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ ٢×٢ (٢ لاعبين + حارس ضد ٢ لاعبين + حارس).



المباراة المصغرة رقم ٤

تنظيم المباراة المصغرة:

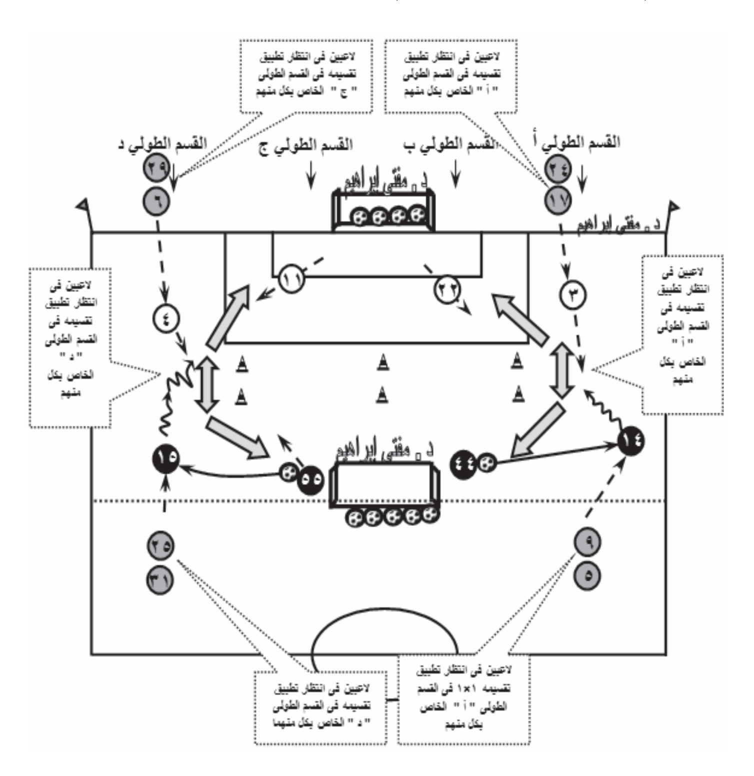
❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى (أ) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى (د) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ ١×١ (١ لاعب + حارس ضد ١ لاعب + حارس).



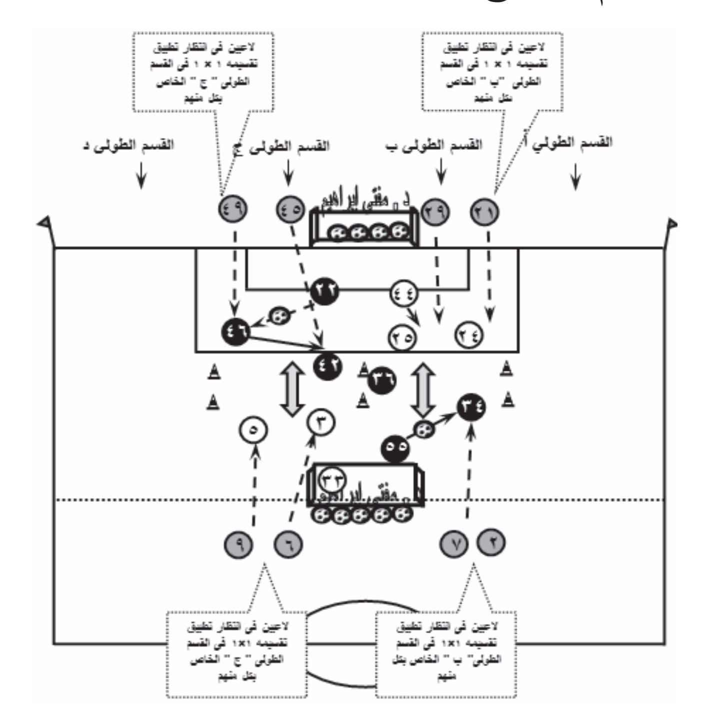
المباراة المصغرة رقم ٥

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى (ب) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى (ج) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى ب ٢ × ٢ (٢ لاعبين + حارس) ضد ٢ × ٢ (٢ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ج.



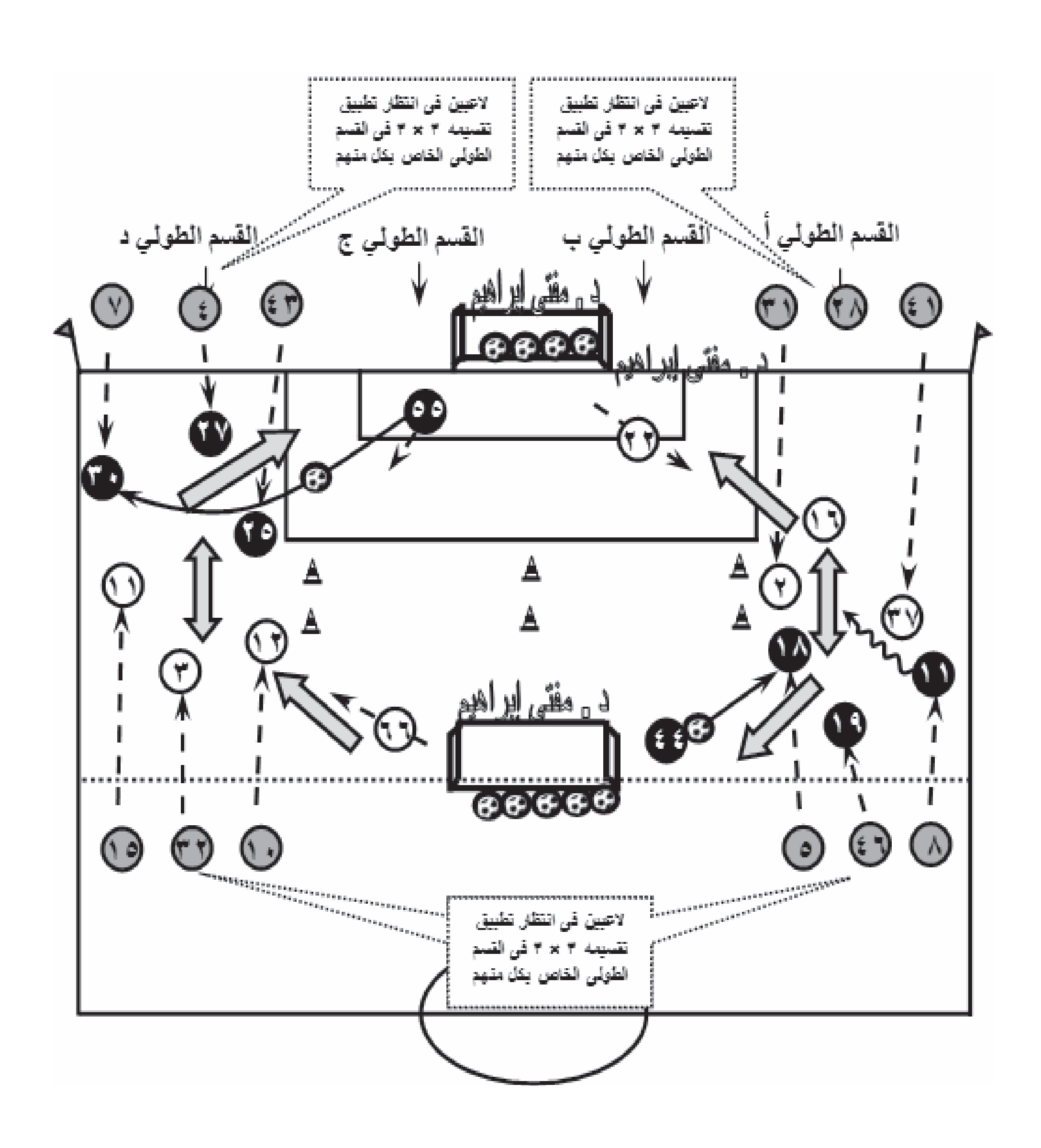
المباراة المصغرة رقم ٦

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى (أ) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى (د) فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ ٣ × ٣(٣ لاعبين + حارس) ضد٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى د ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى د ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.


لاعبين فى انتظار تطبيق
تقسيمه ٣ × ٣ فى القسم
الطولى الخاص بكل منهم
لاعبين فى انتظار تطبيق
تقسيمه ٣ × ٣ فى القسم
الطولى الخاص بكل منهم
القسم الطولي د
القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
لاعبين فى انتظار تطبيق
تقسيمه ٣ × ٣ فى القسم
الطولى الخاص بكل منهم

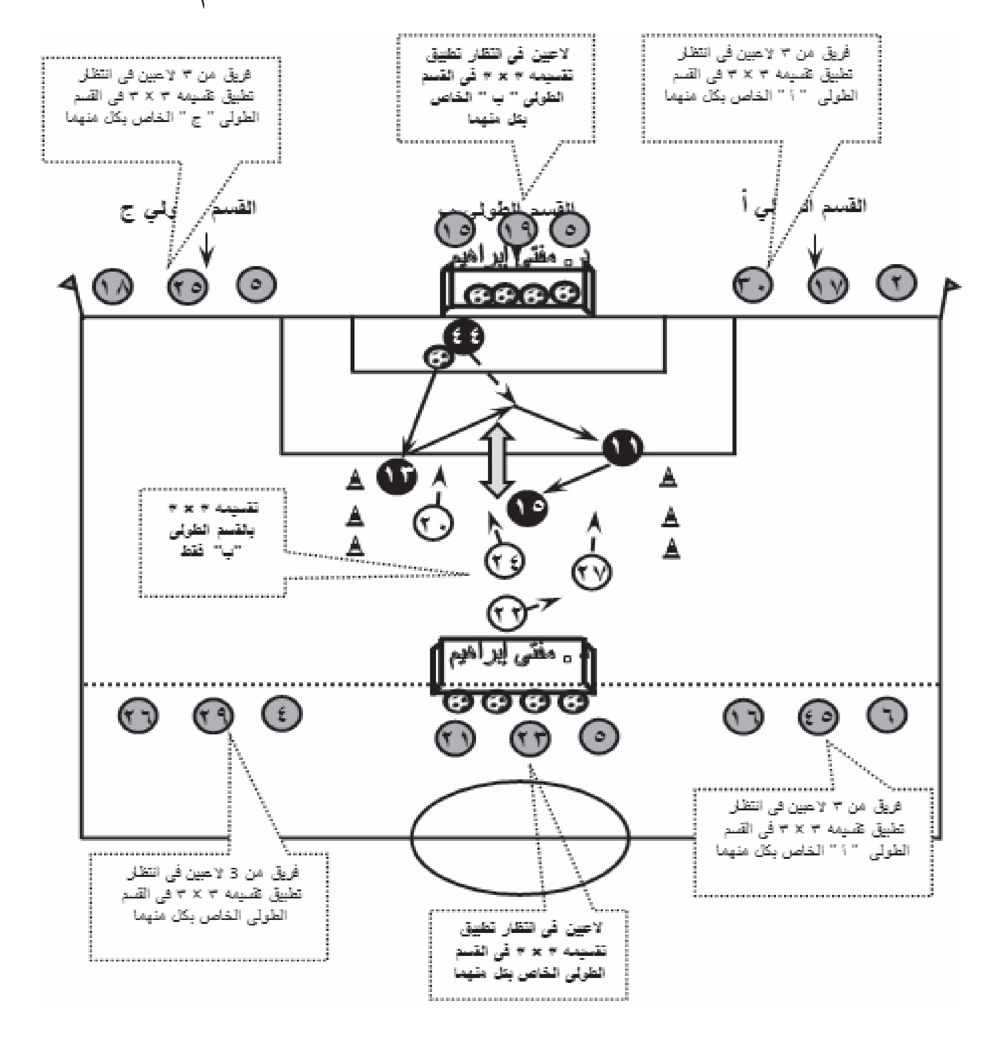
المباراة المصغرة رقم ٧

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراة واحدة بالقسم الطولى ب فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.



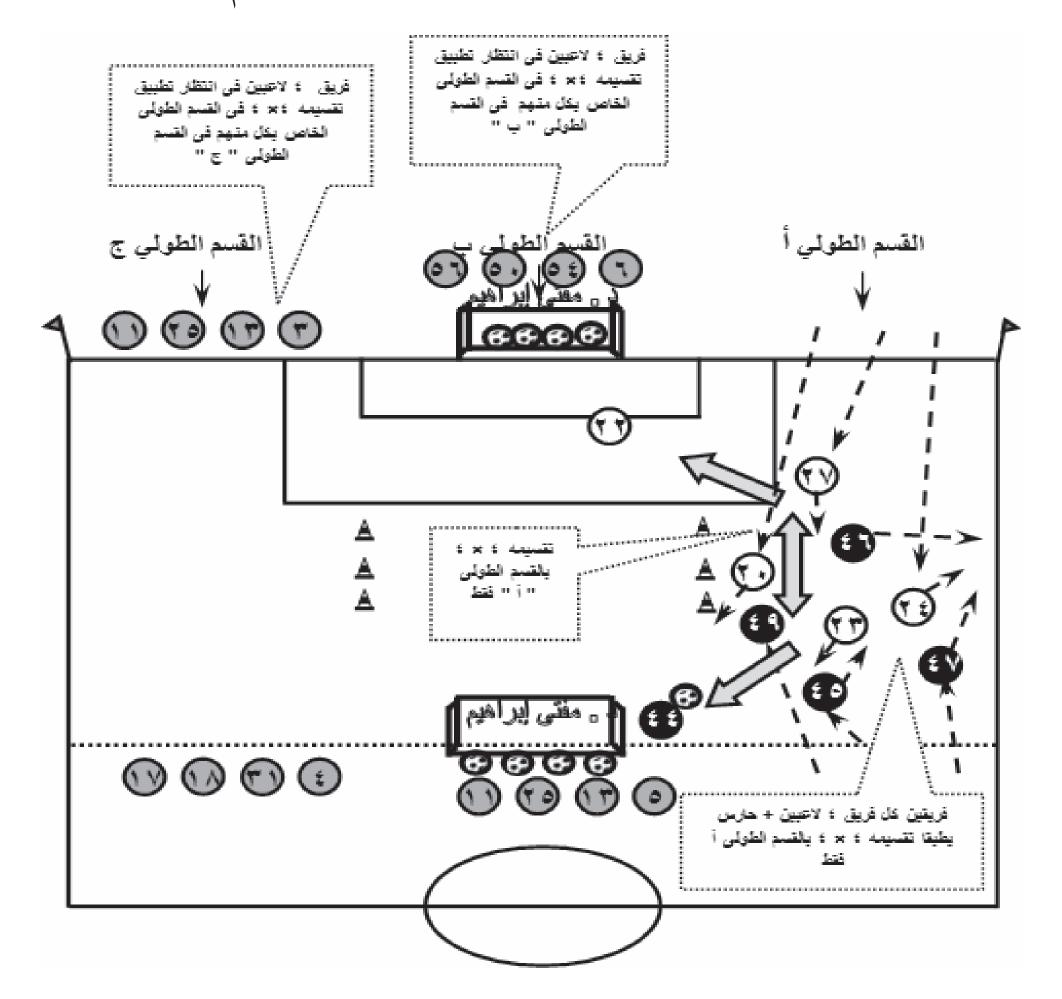
المباراة المصغرة رقم ٨

تنظيم المباراة المصغرة:

❑ مباراة واحدة بالقسم الطولى أ فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.



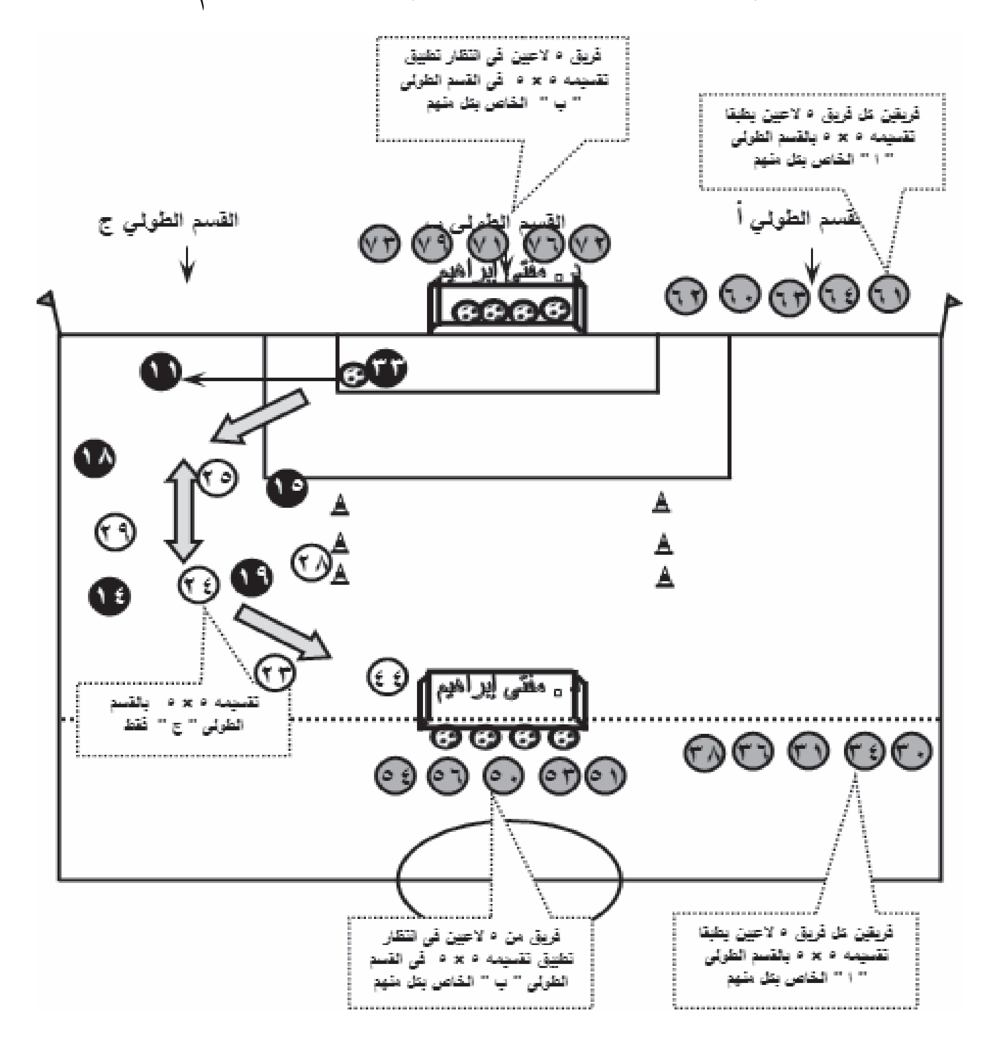
المباراة المصغرة رقم ٩

تنظيم المباراة المصغرة:

❒ مباراة واحدة بالقسم الطولى ج فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❒ ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) ضد ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.



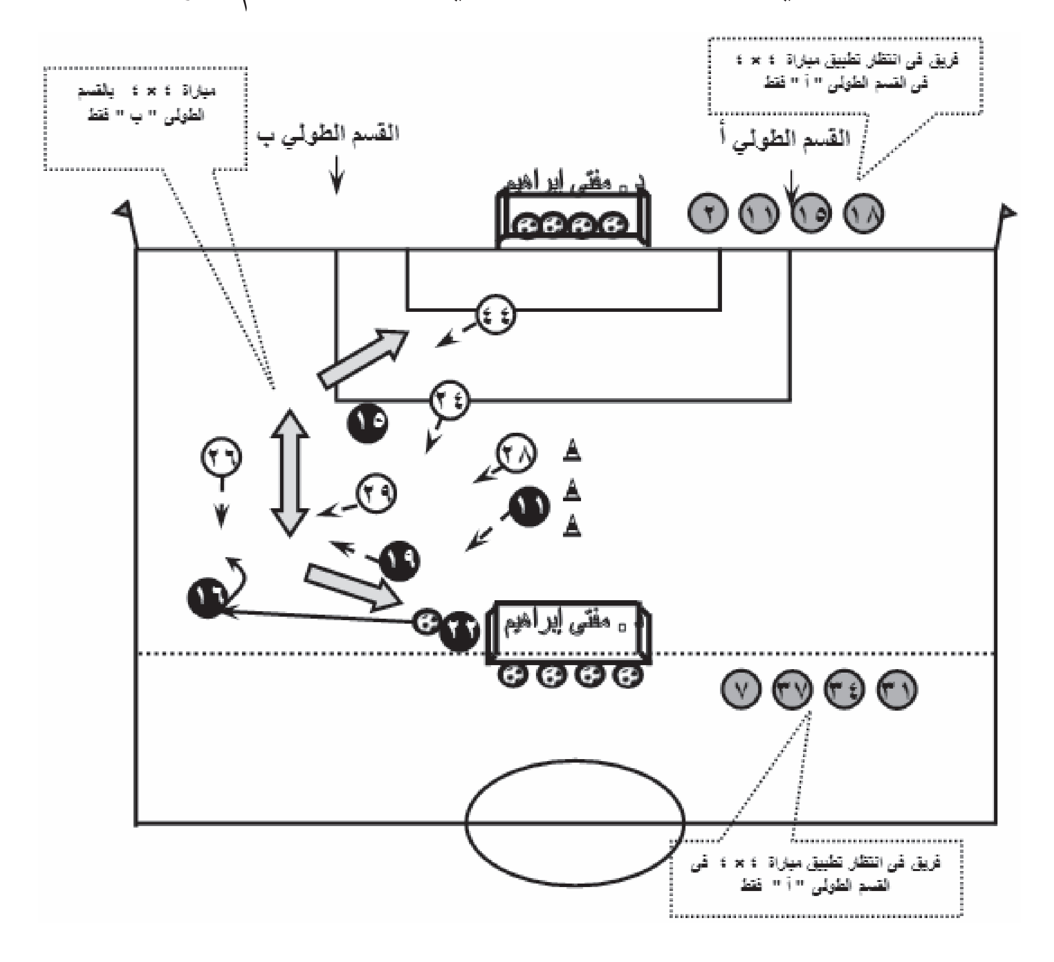
المباراة المصغرة رقم ١٠

تنظيم المباراة المصغرة:

❒ مباراة واحدة بالقسم الطولى فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❒ ٤ × ٤ (٤ لاعبين + حارس) ضد٤ × ٤(٤ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.



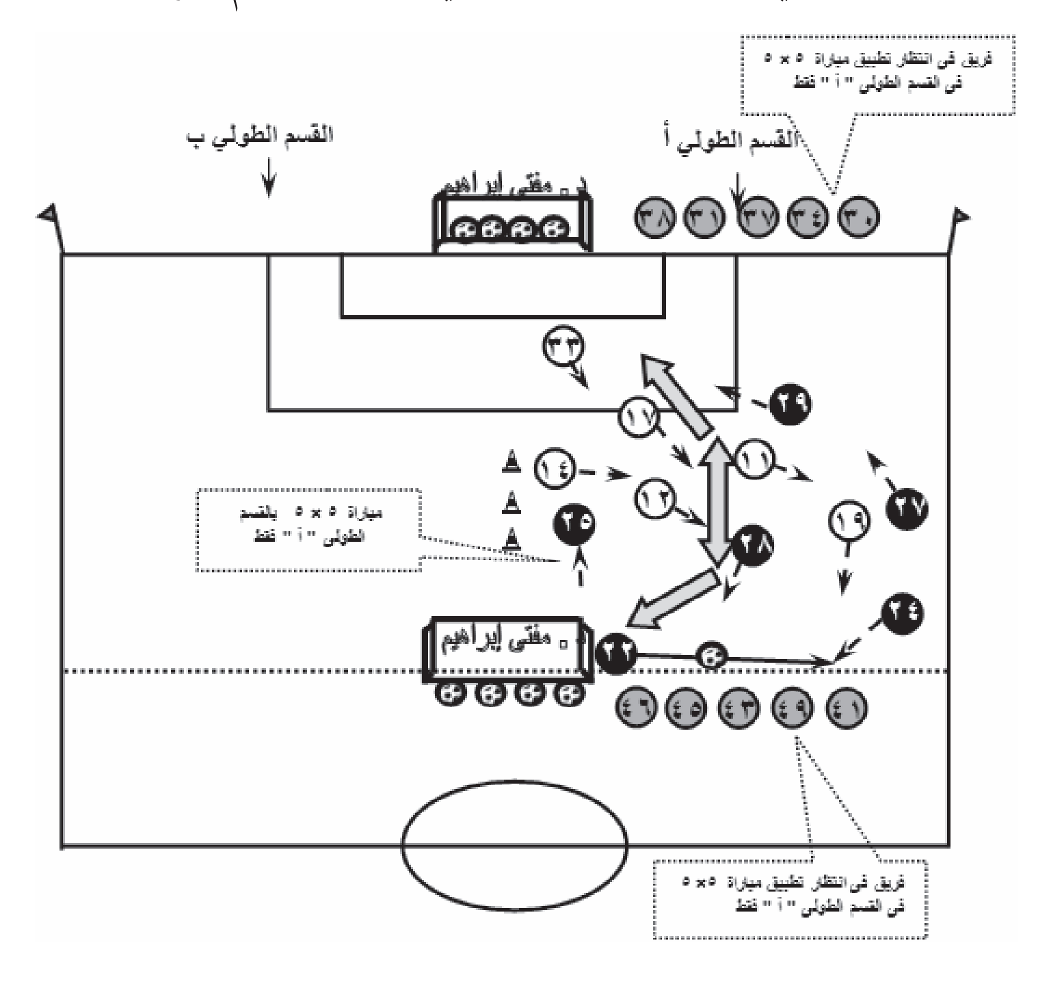
المباراة المصغرة رقم ١١

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ مباراة واحدة بالقسم الطولى أ فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) ضده ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى أ.



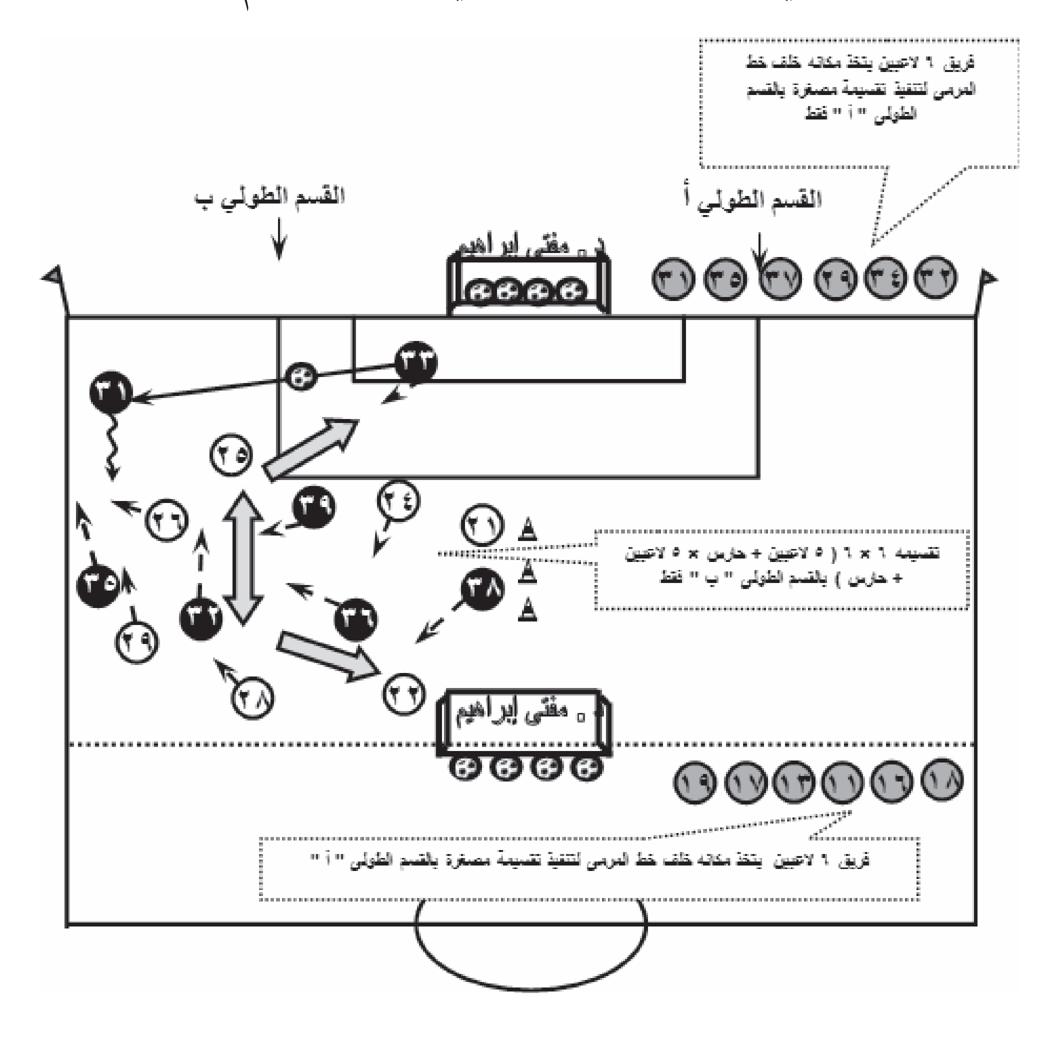
المباراة المصغرة رقم ١٢

تنظيم المباراة المصغرة:

☐ مباراة واحدة بالقسم الطولى ب فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

☐ ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس) ضد٦ × ٦(٦ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى.



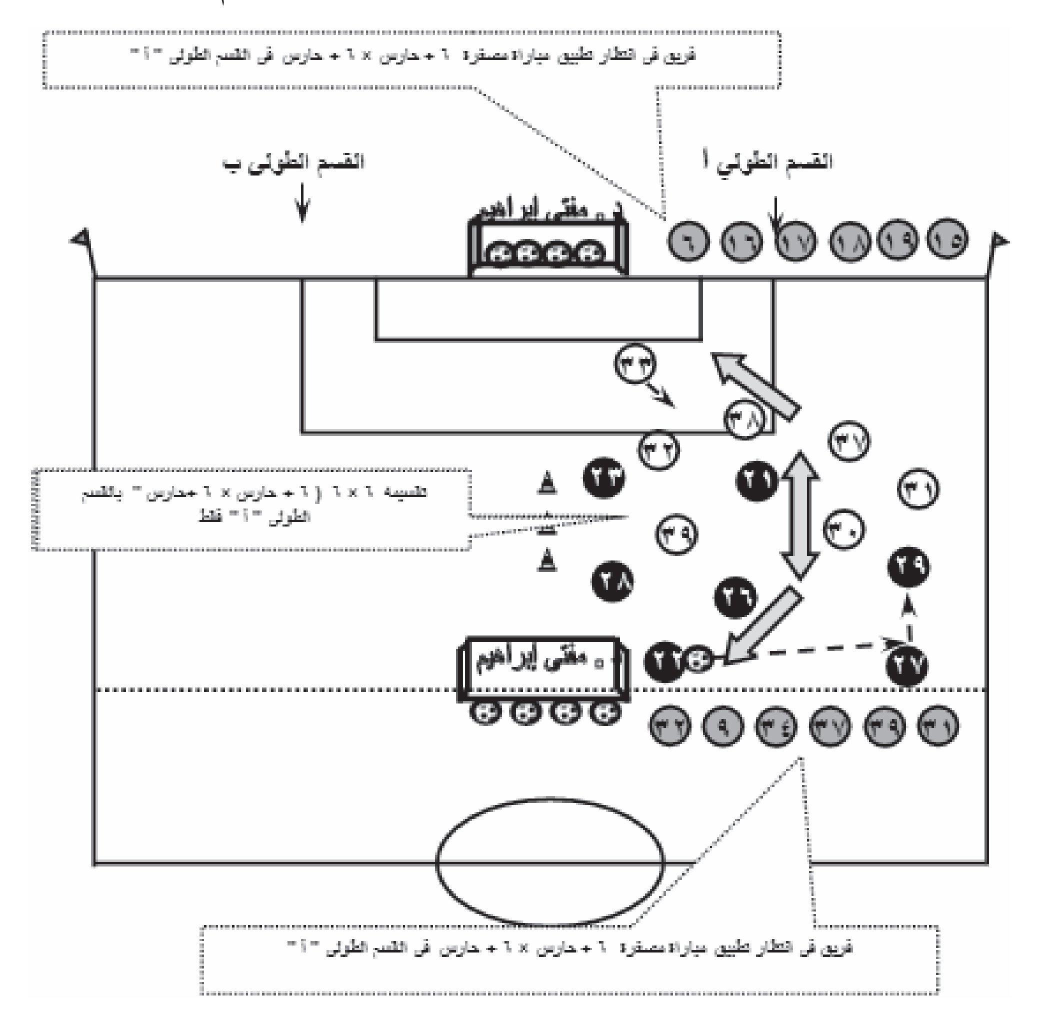
المباراة المصغرة رقم ١٣

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراة واحدة بالقسم الطولى أ فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس) ضد ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ب.



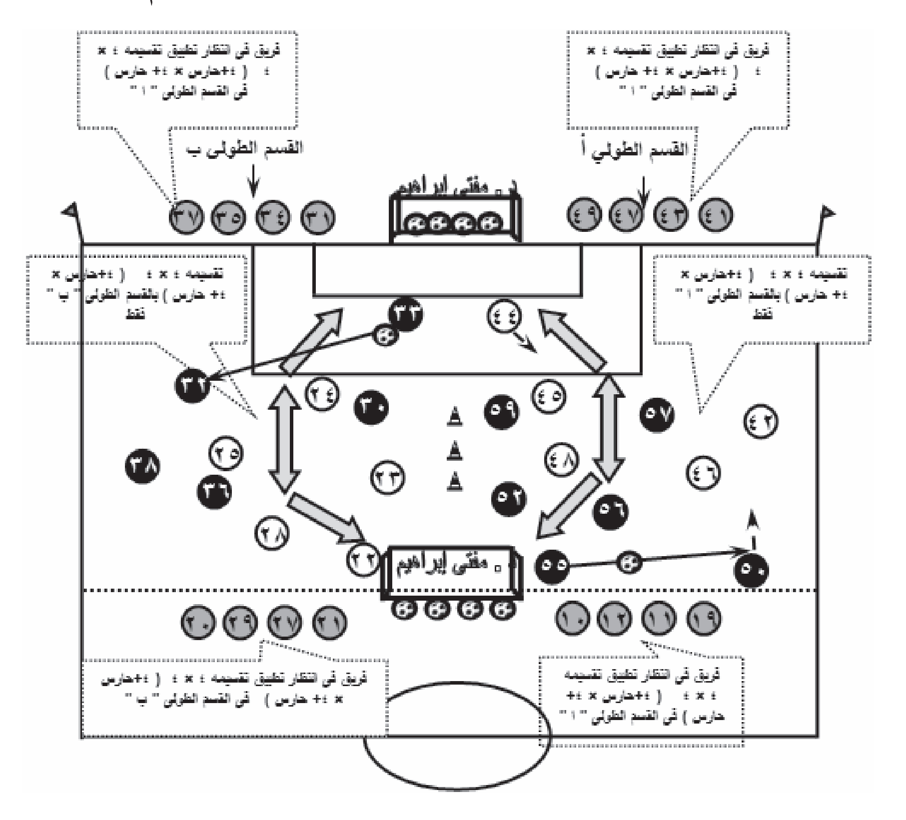
المباراة المصغرة رقم ١٤

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».
- ❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) ضد ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ب.



المباراة المصغرة رقم ١٥

تنظيم المباراة المصغرة:

❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ ٥ × ٥(٥ لاعبين + حارس) ضده ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ب.

❑ يلاحظ: أن لكل مباراة مصغرة من المباراتين حارسين المباراة بالقسم أ حارسها ٣٣ و٢٢، المباراة المصغرة بالقسم ب حارسها ٤٤ و٥٥.



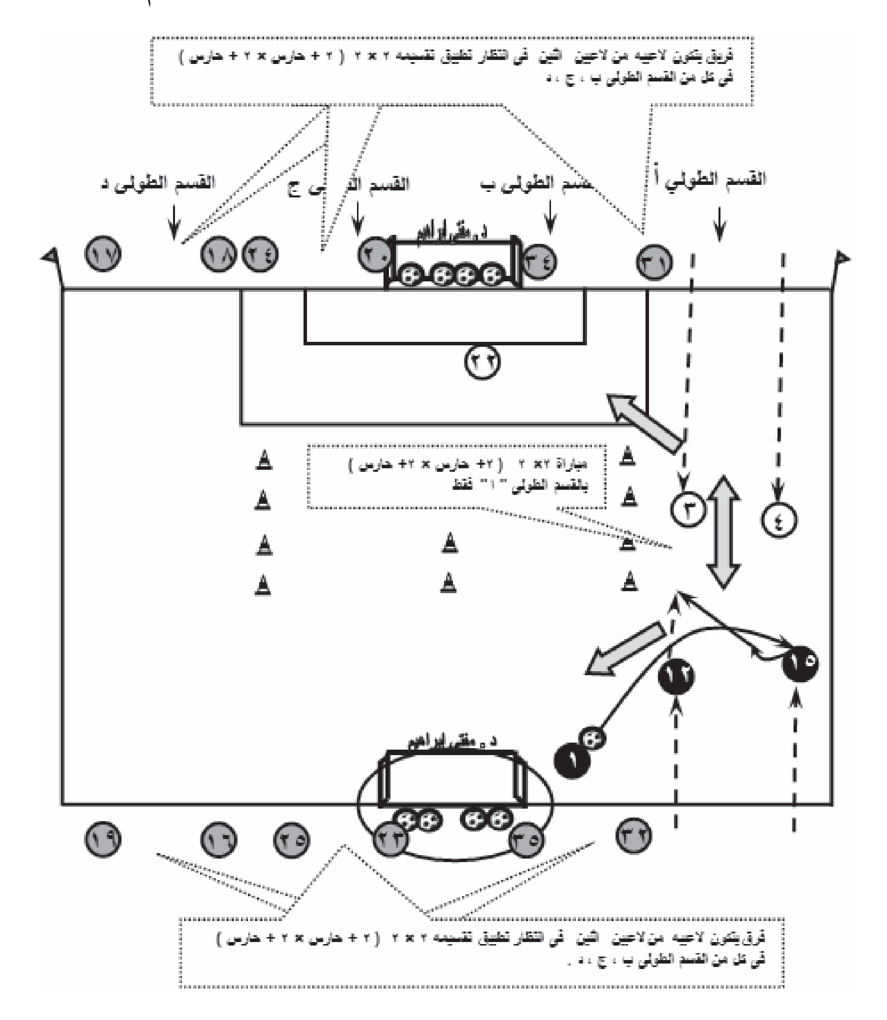
المباراة المصغرة رقم ١٦

تنظيم المباراة المصغرة:

❒ المباراة المصغرة بالقسم الطولى أ فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❒ ٢ × ٢ (٢ لاعبين + حارس) ضد ٢ × ٢ (٢ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ب.



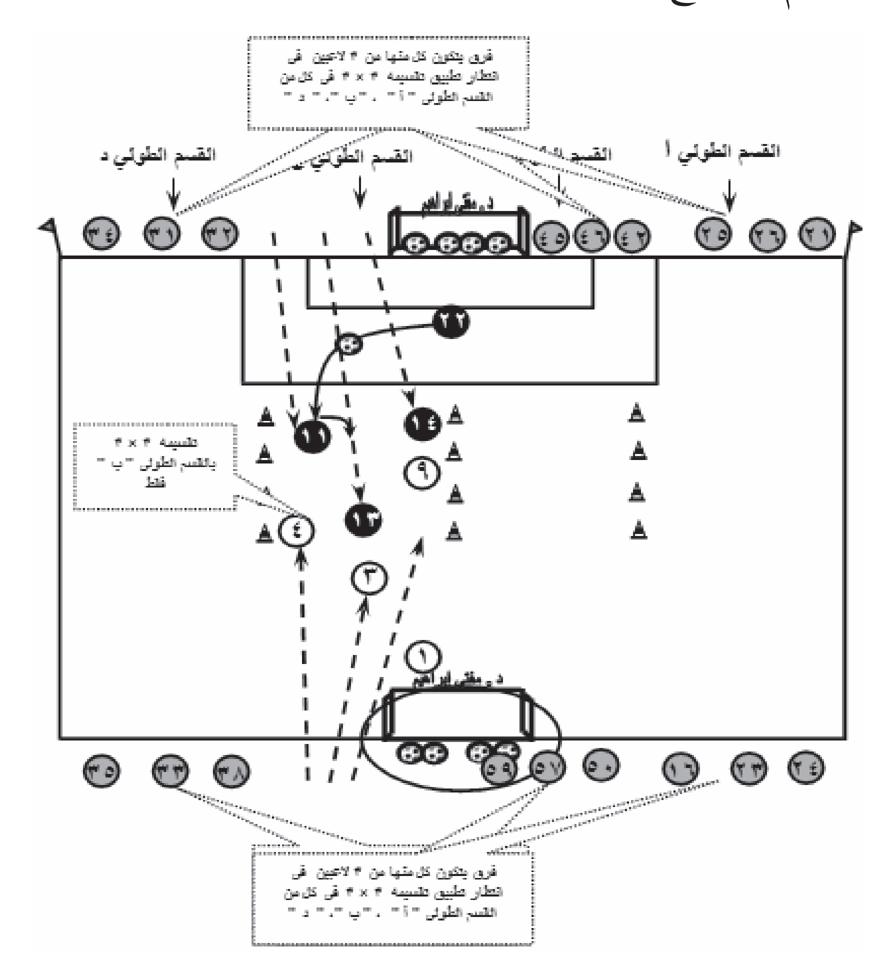
المباراة المصغرة رقم ١٧

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ المباراة المصغرة بالقسم الطولى ج فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ ٣ × ٣ بالقسم الطولى ج ، أى (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ج.



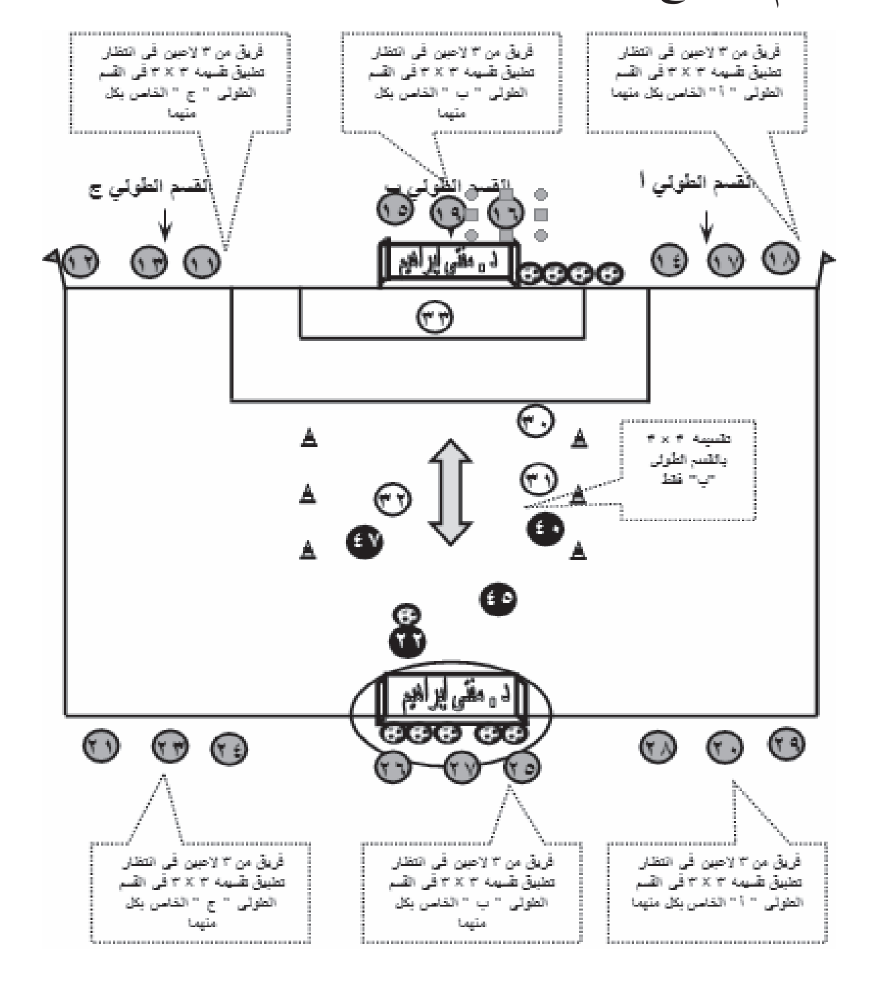
المباراة المصغرة رقم ١٨

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ المباراة المصغرة بالقسم الطولى ب فى ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ ٣ × ٣ بالقسم الطولى ج ، أى (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ج.



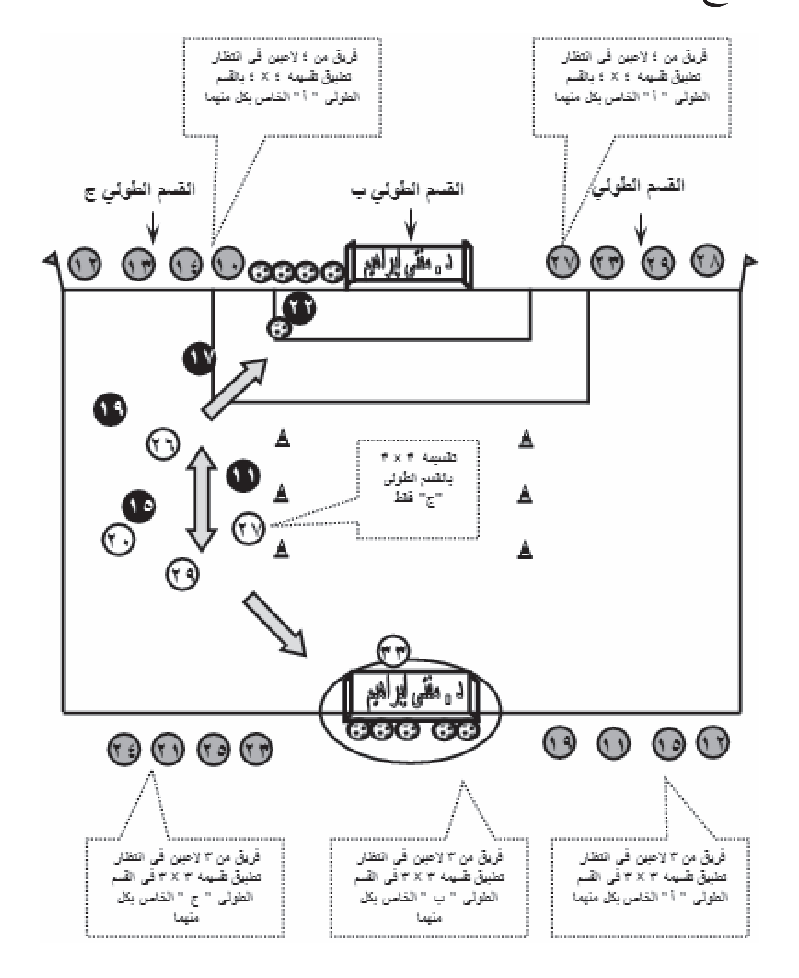
المباراة المصغرة رقم ١٩

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ المباراة المصغرة بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ ٤ × ٤ بالقسم الطولى ج ، أى (٤ لاعبين + حارس) ضد (٤ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ج.



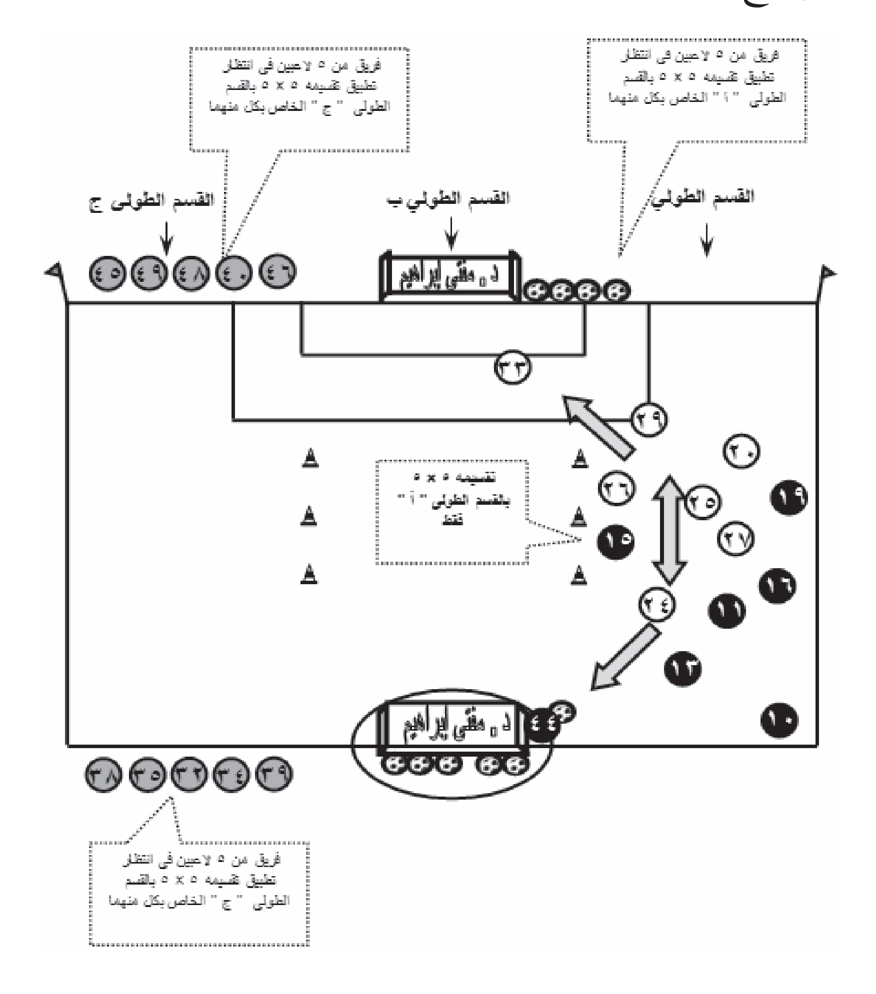
المباراة المصغرة رقم ٢٠

تنظيم المباراة المصغرة:

❒ المباراة المصغرة بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❒ ٦ × ٦ بالقسم الطولى ج ، أى (٦ لاعبين + حارس) ضد (٦ لاعبين + حارس) بالقسم الطولى ج.



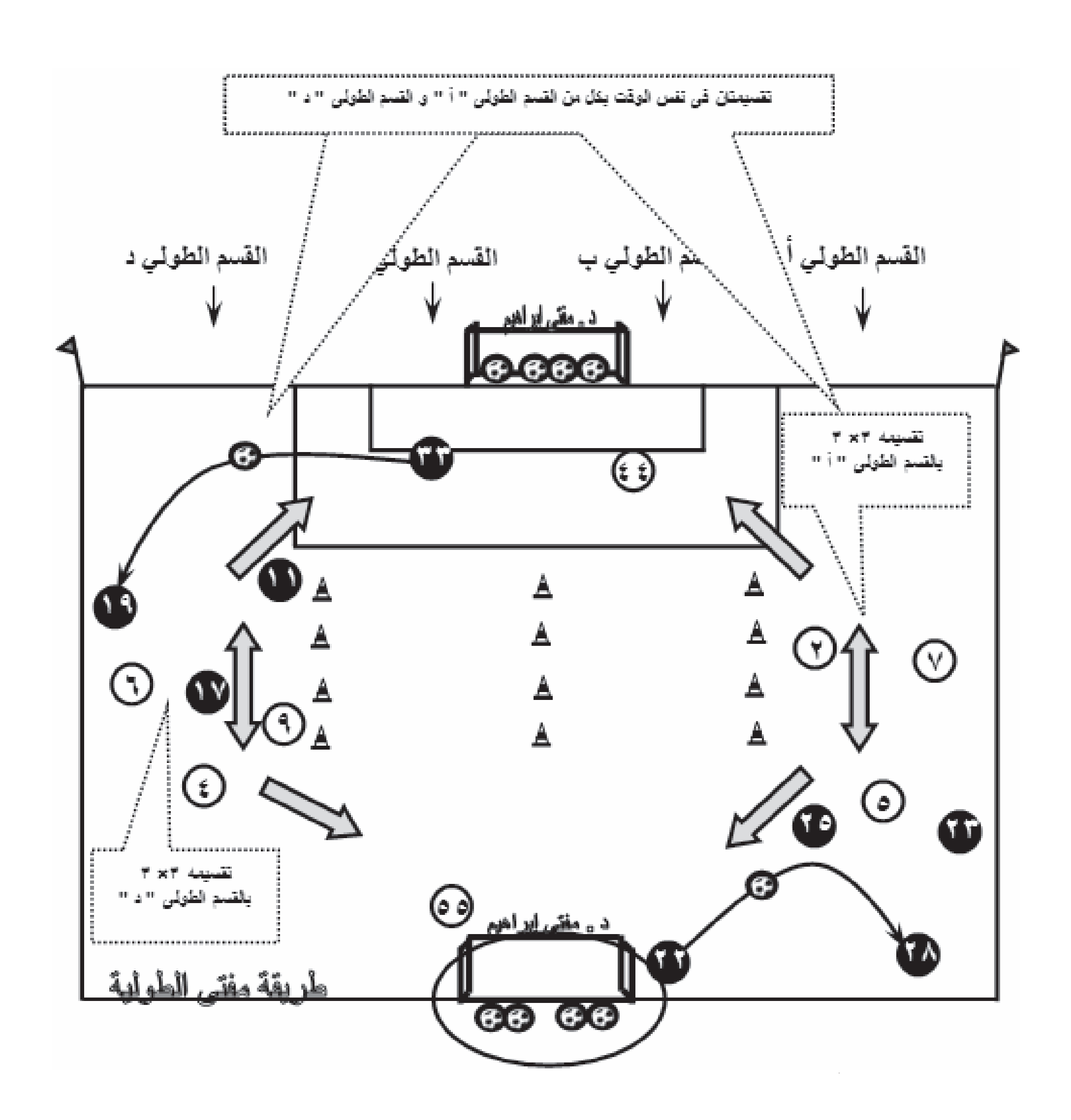
المباراة المصغرة رقم ٢١

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى د فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).
- ❑ المباراة بالقسم الطولى ب ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).
- ❑ يلاحظ:
- ❑ أن لكل مباراة مصغرة من المباراتين حارسين كما يلى:
  - المباراة المصغرة بالقسم أ حارسيها ٢٢ و٤٤.
  - المباراة المصغرة بالقسم د حارسيها ٣٣ و٥٥.


تقسيمتان فى نفس الوقت بكل من القسم الطولى " أ " و القسم الطولى " د "
القسم الطولي د
القسم الطولي
سم الطولي ب
القسم الطولي أ
د . مفتي ابراهيم
تقسيمه ٣ × ٣
بالقسم الطولى " أ "
تقسيمه ٣ × ٣
بالقسم الطولى " د "
د . مفتي ابراهيم
طريقة مفتي الطولية

المباراة المصغرة رقم ٢٢

تنظيم المباراة المصغرة:

❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

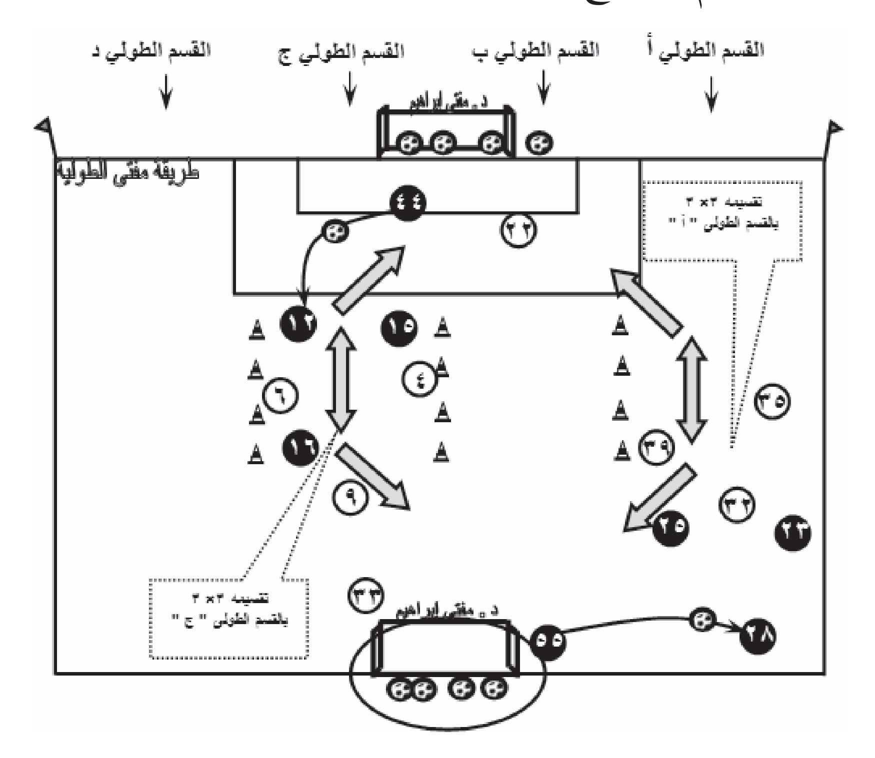
❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).

❑ المباراة بالقسم الطولى ج ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).



المباراة المصغرة رقم ٢٣

تنظيم المباراة المصغرة:

❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

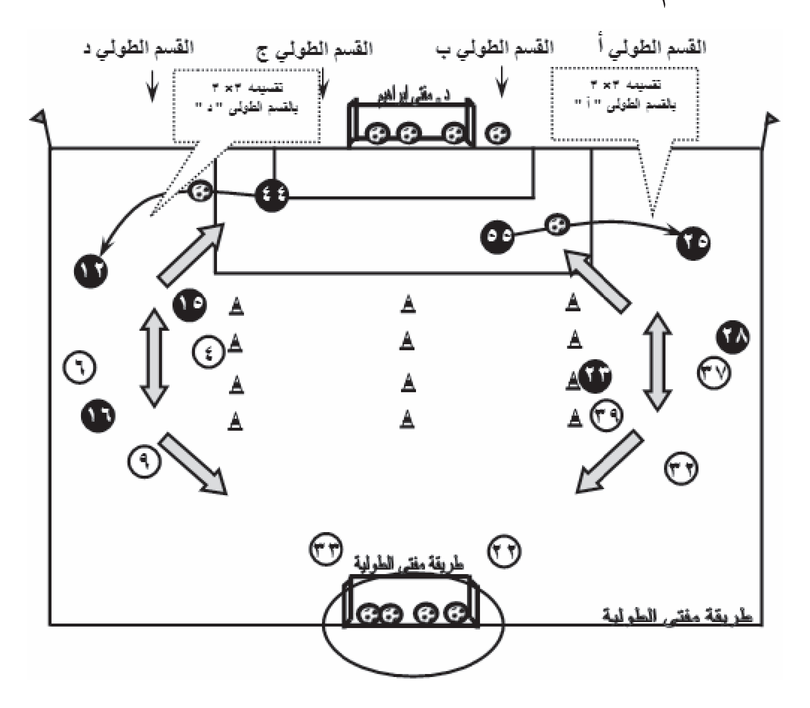
❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى د فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).

❑ المباراة بالقسم الطولى د ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).

❑ المباراة بالقسم الطولى د ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).



المباراة المصغرة رقم ٢٤

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

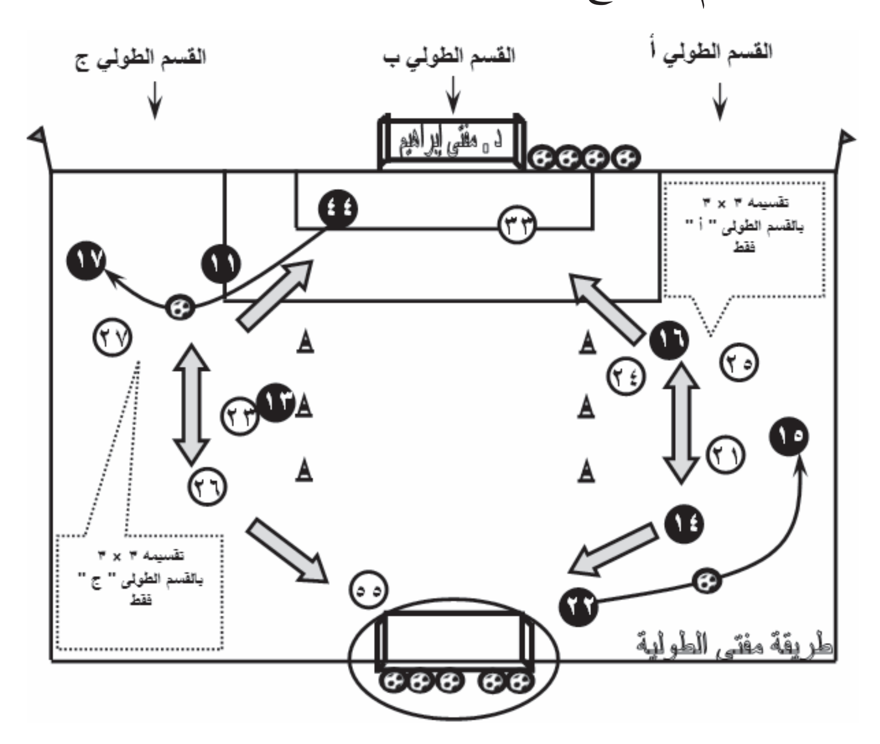
❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى د فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى أ ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).

❐ المباراة بالقسم الطولى ج ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).



المباراة المصغرة رقم ٢٥

تنظيم المباراة المصغرة:

❏ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

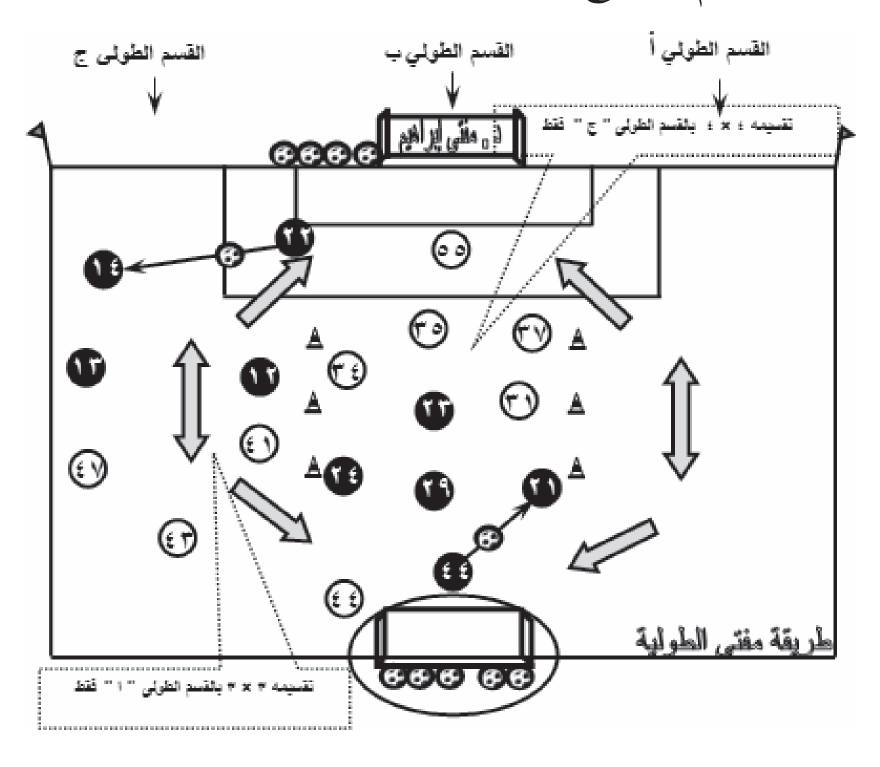
❏ المباراة الأولى بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

❏ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❏ المباراة بالقسم الطولى ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).

❏ المباراة بالقسم الطولى ج ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).



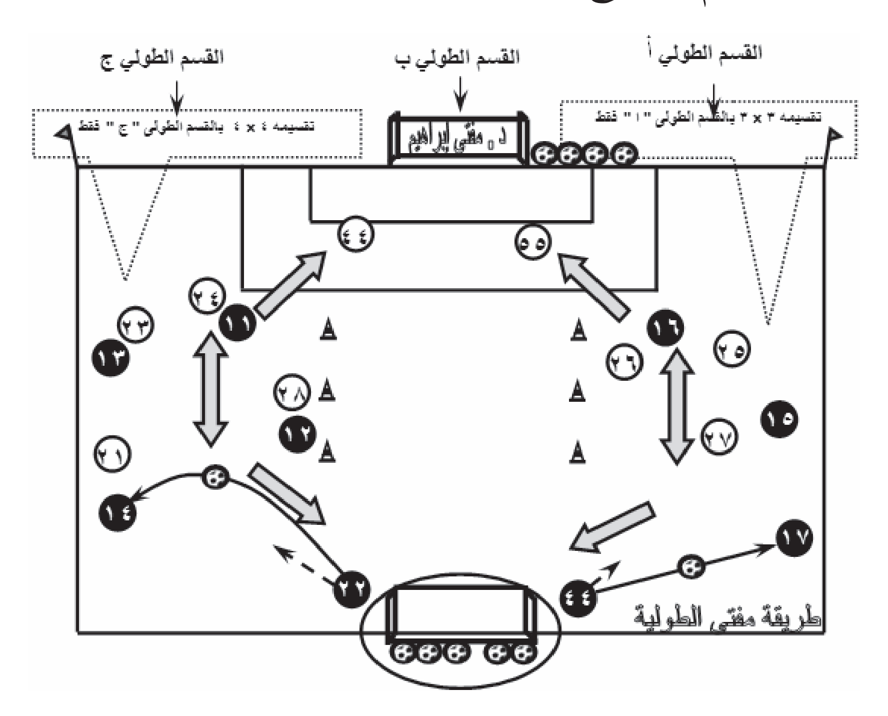
المباراة المصغرة رقم ٢٦

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).
- ❐ المباراة بالقسم الطولى ج ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).



المباراة المصغرة رقم ٢٧

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

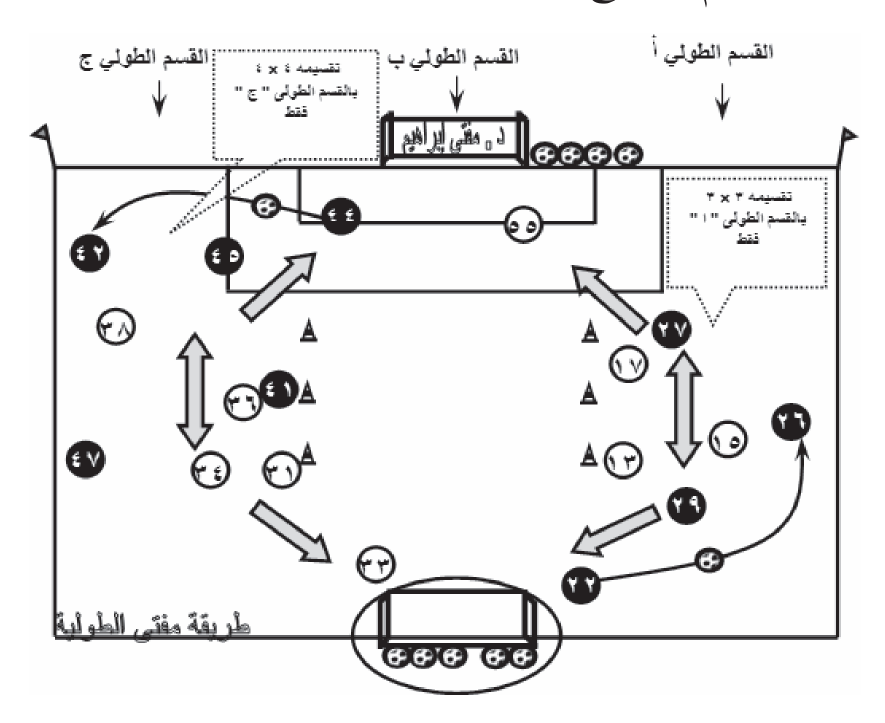
❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس ضد ٣ × ٣ حارس).

❐ المباراة بالقسم الطولى ج ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس) ضد ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس).



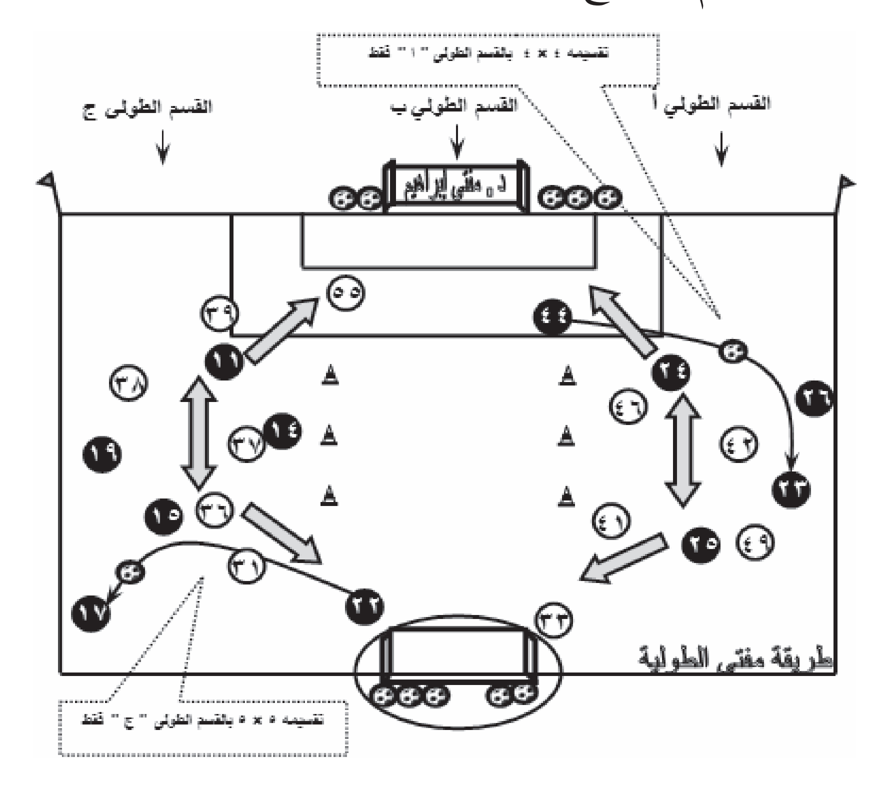
المباراة المصغرة رقم ٢٨

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٤ × ٤(٣ لاعبين + حارس ضد٤ × ٤حارس).
- ❐ المباراة بالقسم الطولى ج ٥ × ٥(٣ لاعبين + حارس) ضد٥ × ٥(٣ لاعبين + حارس).



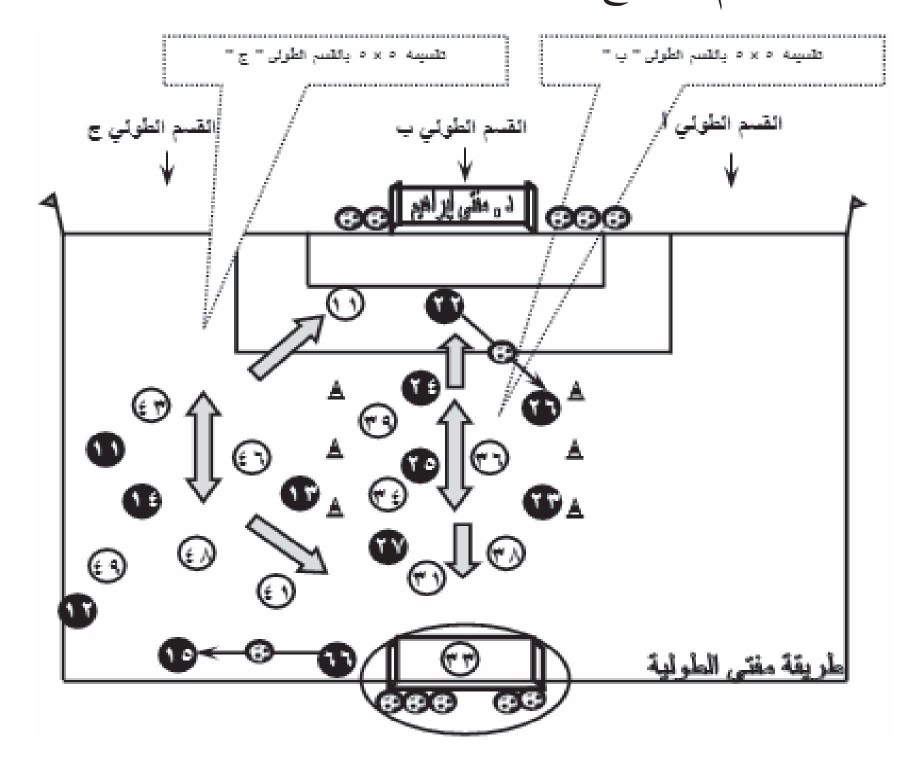
المباراة المصغرة رقم ٢٩

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٥ × ٥(٥ لاعبين + حارس ضده ٥ × ٥حارس).
- ❑ المباراة بالقسم الطولى ج ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ × ٥ حارس).



المباراة المصغرة رقم ٣٠

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

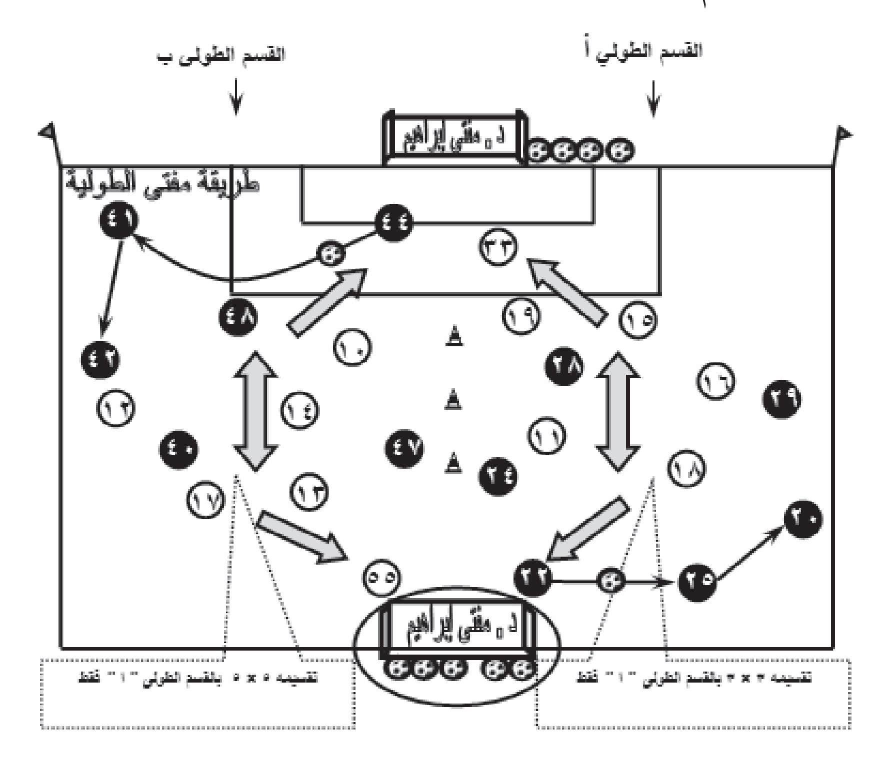
❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلقسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى أ ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ × ٥ حارس).

❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ × ٥ حارس).



المباراة المصغرة رقم ٣١

تنظيم المباراة المصغرة:

❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.

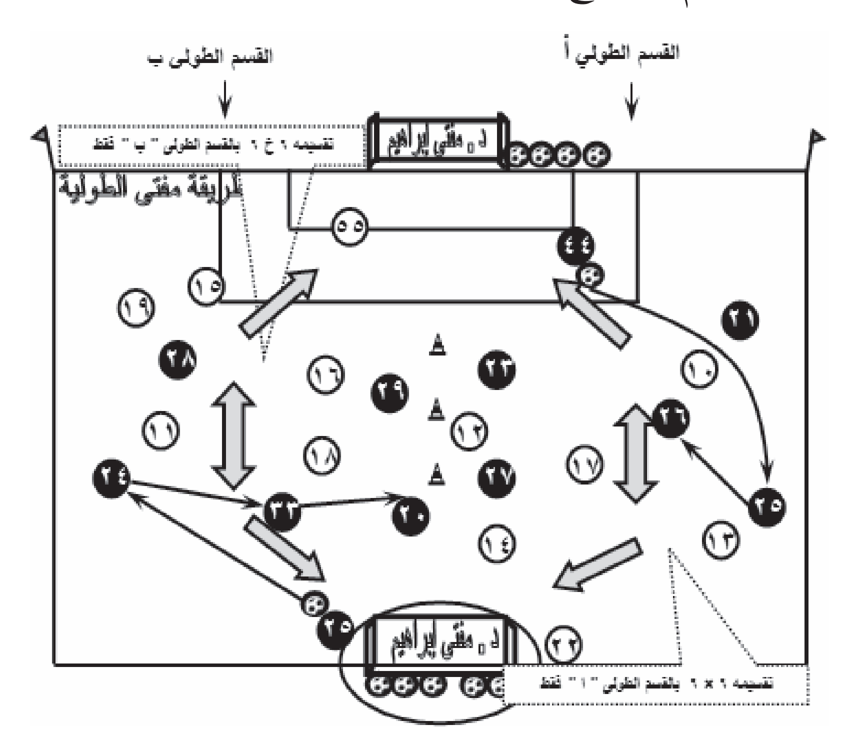
❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ × ٥ حارس).

❑ المباراة بالقسم الطولى ج ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ × ٥ حارس).



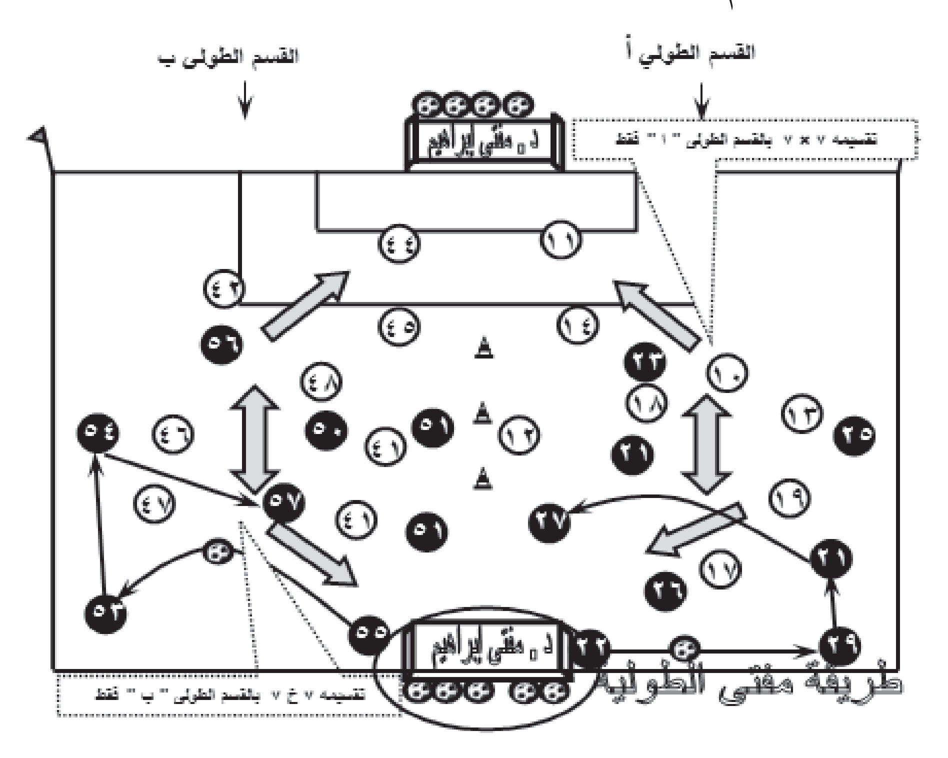
المباراة المصغرة رقم ٣٢

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❐ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».
- ❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى أ ٧ × ٧ (٧ لاعبين + حارس ضد ٧ لاعبين + حارس).
- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٧ × ٧ (٧ لاعبين + حارس ضد ٧ لاعبين + حارس). .



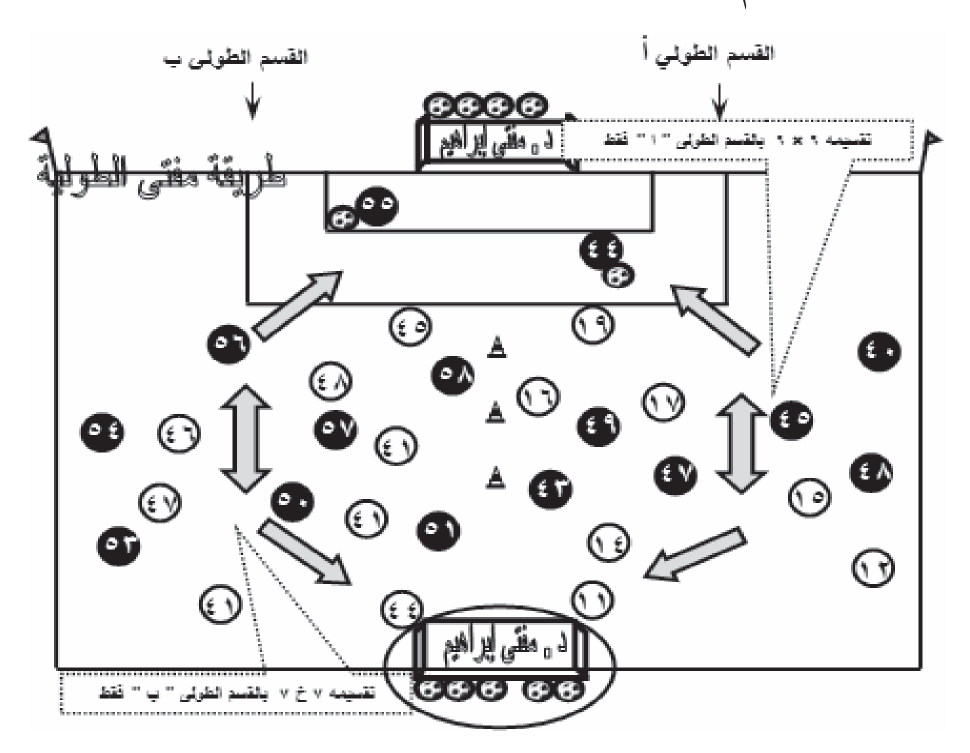
المباراة المصغرة رقم ٣٣

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❑ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».
- ❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٦ × ٦(٦ لاعبين + حارس ضد٦ لاعبين + حارس).
- ❑ المباراة بالقسم الطولى ب ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).



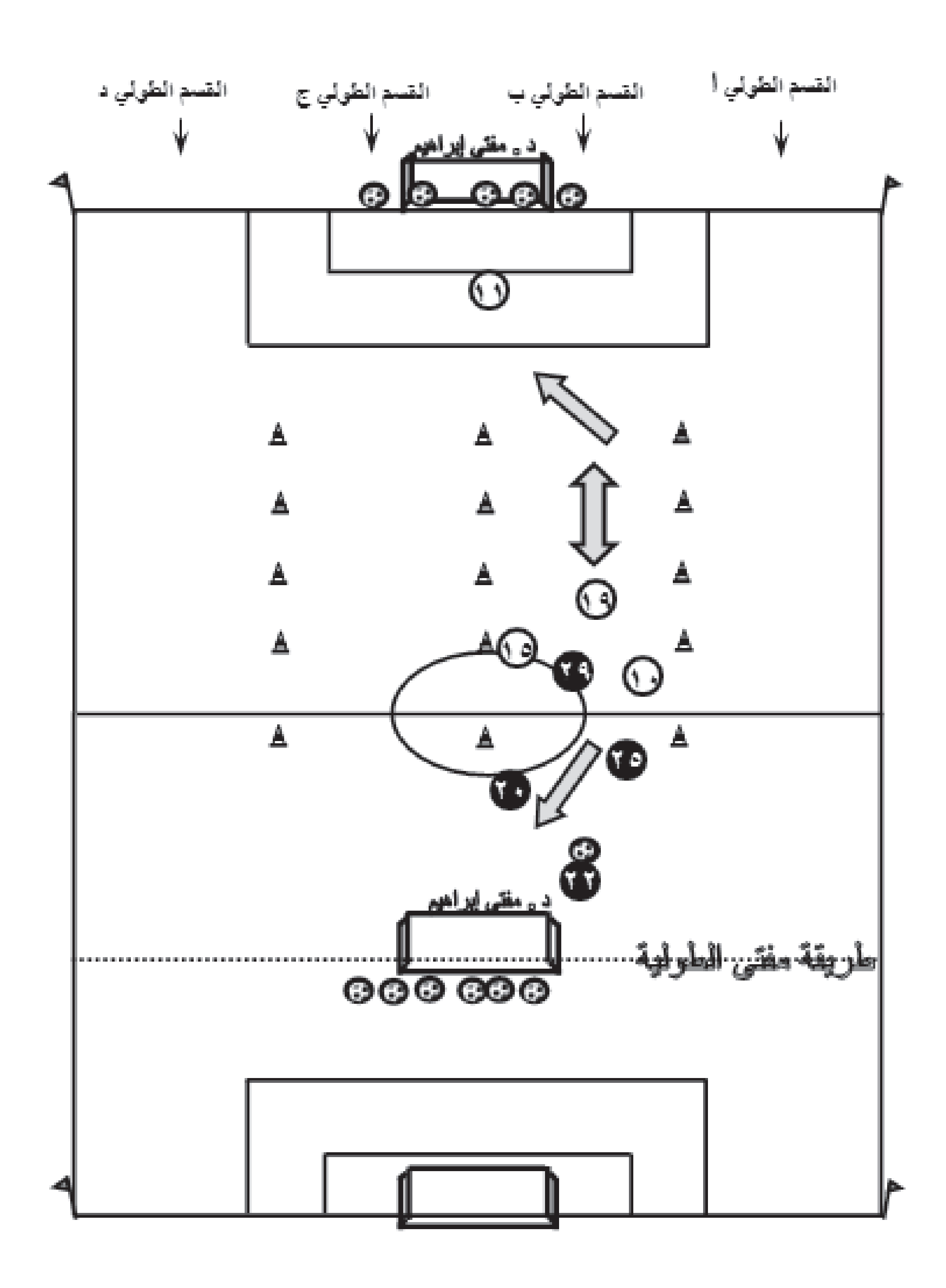
المباراة المصغرة رقم ٣٤

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❏ مباراتان مصغرتان فى نفس الوقت.
- ❏ المباراة الأولى بالقسم الطولى أ فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».
- ❏ المباراة الثانية بالقسم الطولى ب فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❏ المباراة بالقسم الطولى أ ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).
- ❏ المباراة بالقسم الطولى ب ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).



القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج
القسم الطولي د
طريقة مفتي الطولية

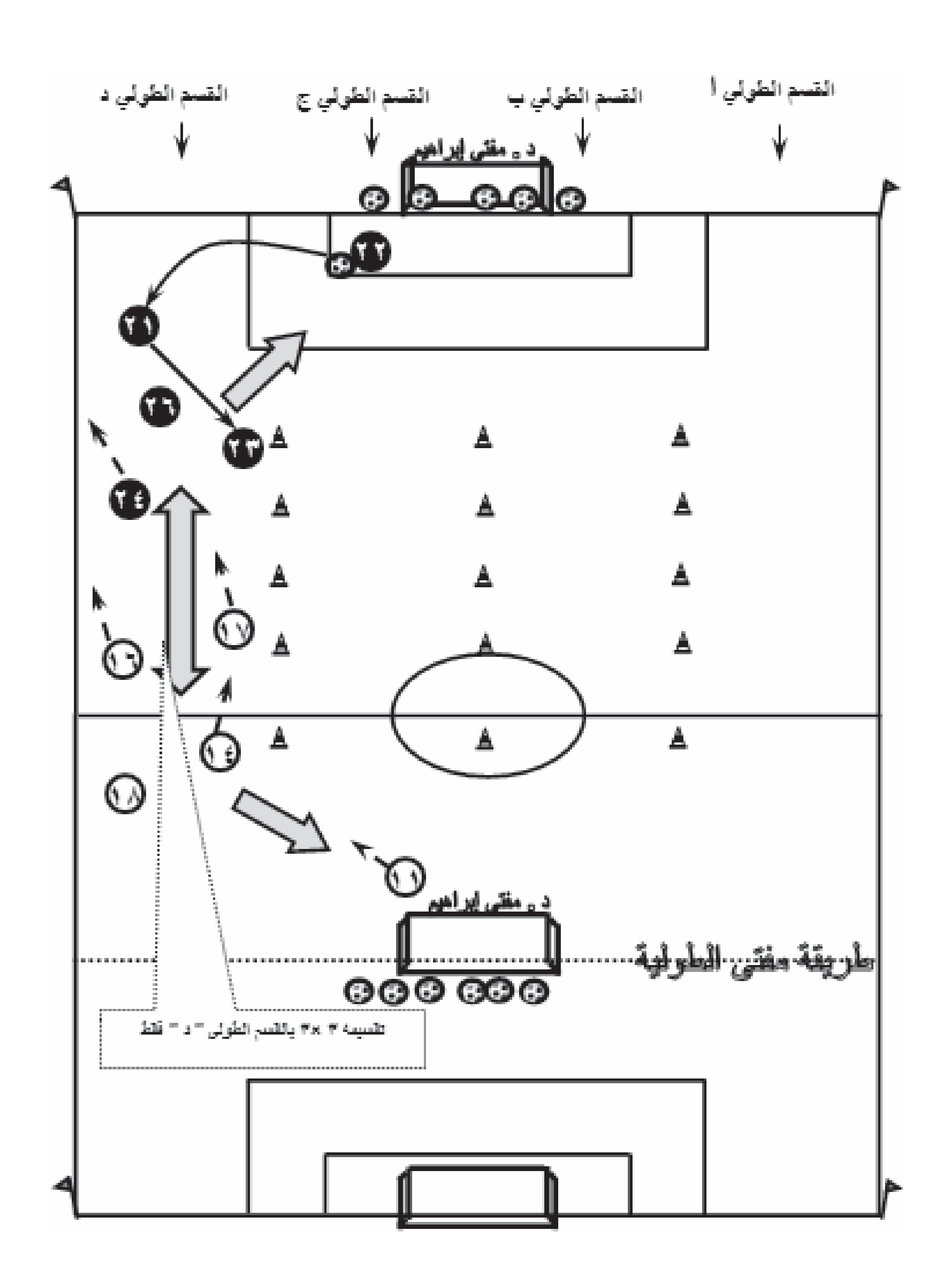
المباراة المصغرة رقم ٣٥

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراة مصغرة واحدة فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ بالقسم الطولى د ٤ × ٤ (٤ لاعبين + حارس ضد ٤ لاعبين).



القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج
القسم الطولي د
د. مفتي إبراهيم
٢٢
٢١
٢٦
٢٣
٢٤
١٧
١٦
١٤
١٨
١١
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
تقسيمة ٣ × ٣ بالقسم الطولى " د " فقط

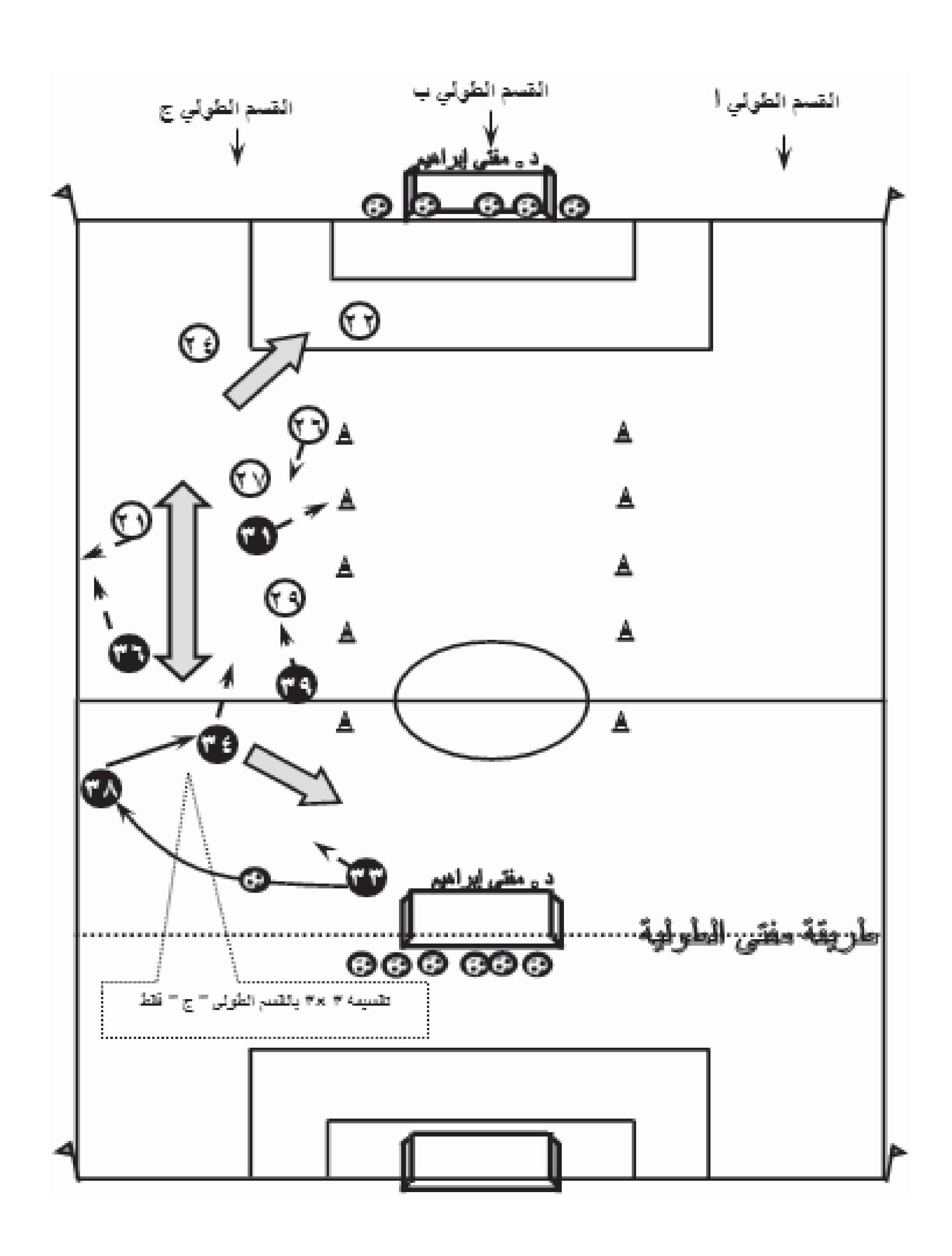
المباراة المصغرة رقم ٣٦

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ المباراة واحدة بالقسم الطولى ج فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى ج٥ × ٥(٥ لاعبين + حارس ضده ٥ لاعبين + حارس).



القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د. مفتي إبراهيم
٢٢
٢٤
٢٦
٢٧
٢١
٣١
٢٩
٣٦
٣٩
٣٤
٣٨
٣٣
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
تقسيمة ٣ ×٣ بالقسم الطولى " ج " فقط

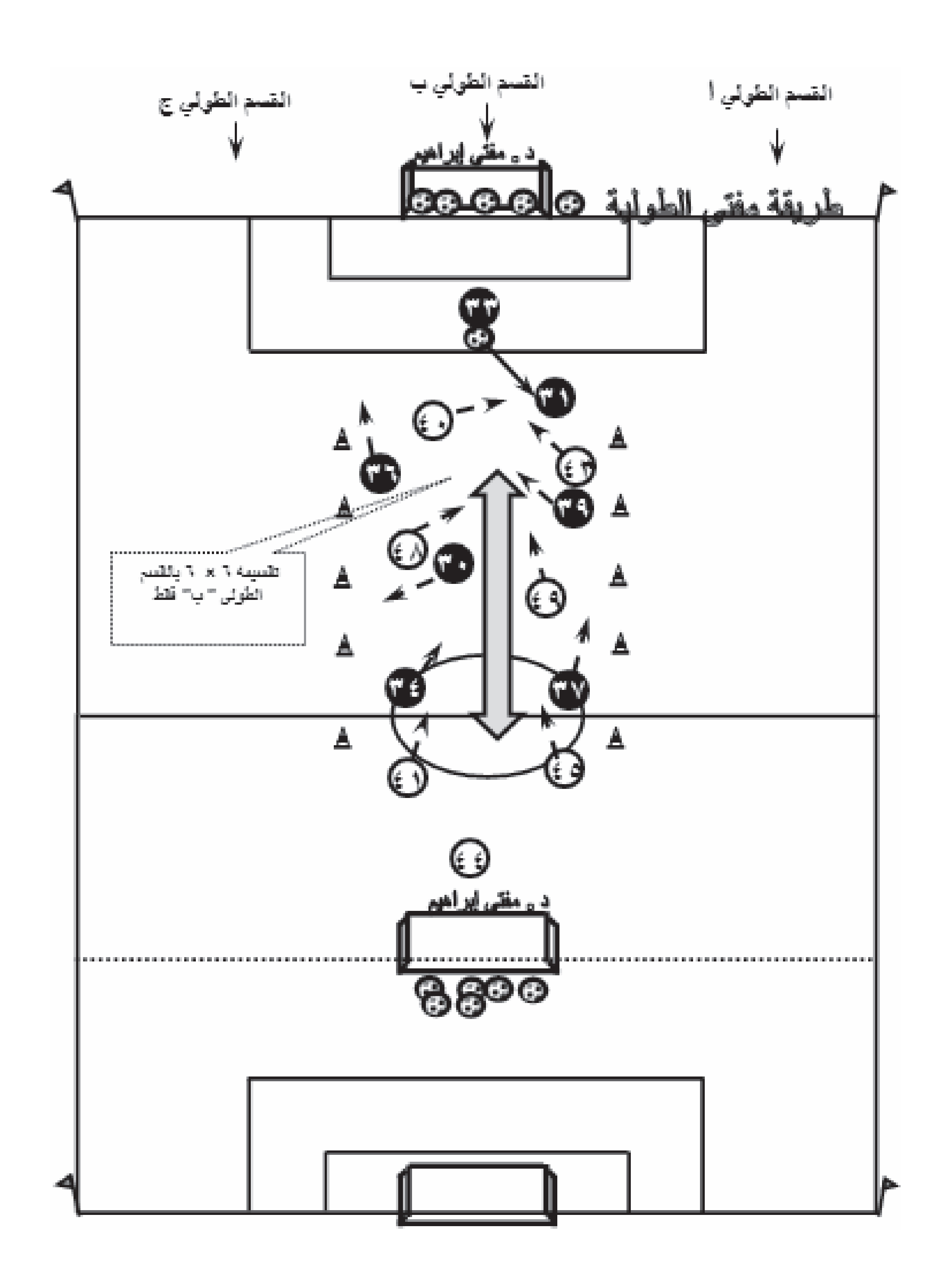
المباراة المصغرة رقم ٣٧

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❑ مباراة واحدة بالقسم الطولى ب فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❑ المباراة بالقسم الطولى ج ٦ × ٦ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
تقسيمة ٦ × ٦ بالقسم
الطولى "ب" فقط
د. مفتي إبراهيم

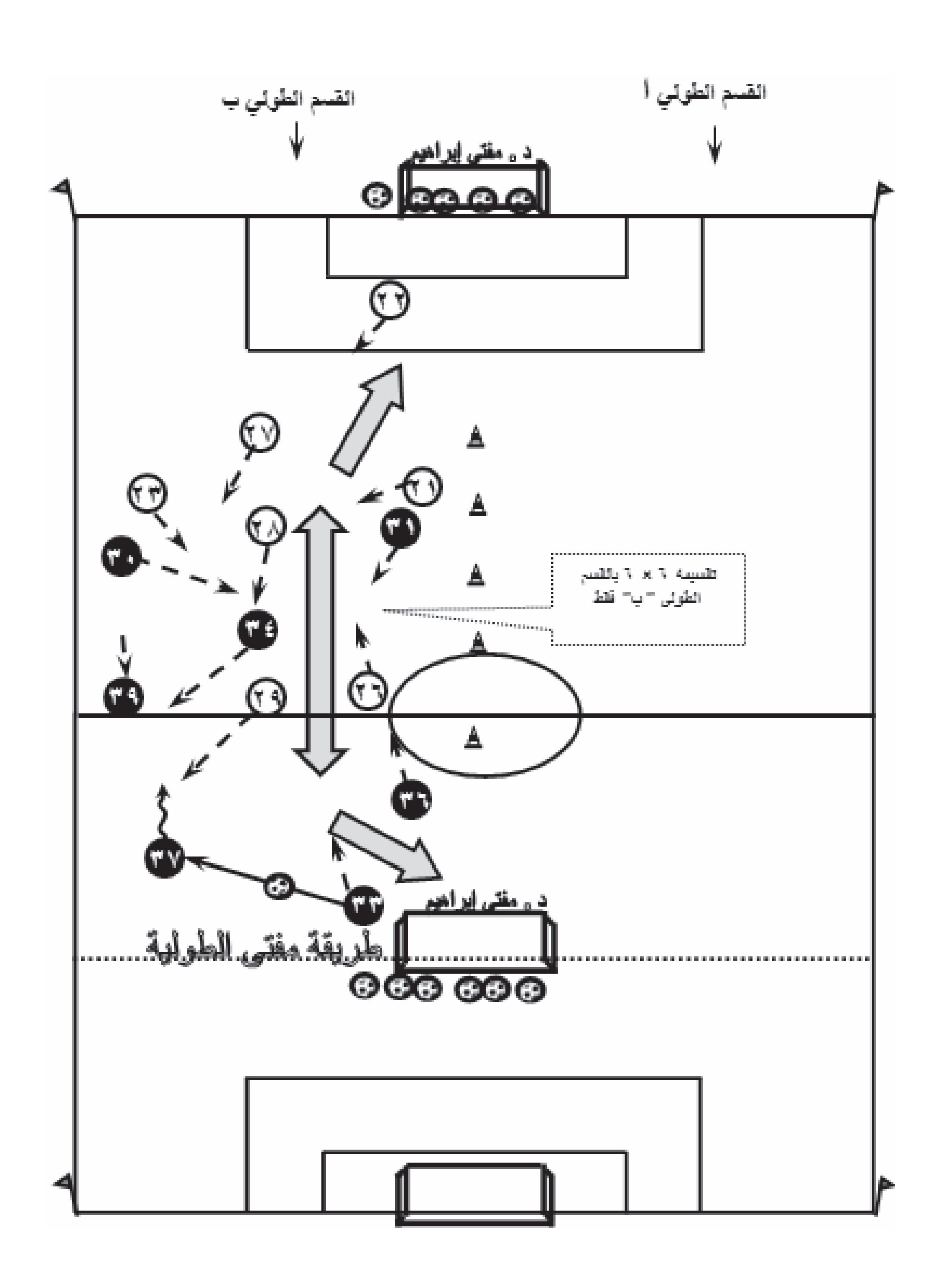
المباراة المصغرة رقم ٣٨

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ مباراة واحدة بالقسم الطولى ب فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين طوليين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٦ × ٦ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).



القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د. مفتي إبراهيم
٢٢
٢٧
٢٣
٢١
٢٨
٣١
٣٠
تقسيمة ٦ × ٦ بالقسم
الطولى "ب" فقط
٣٤
٣٩
٢٩
٢٦
٣٦
٣٧
٣٣
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية

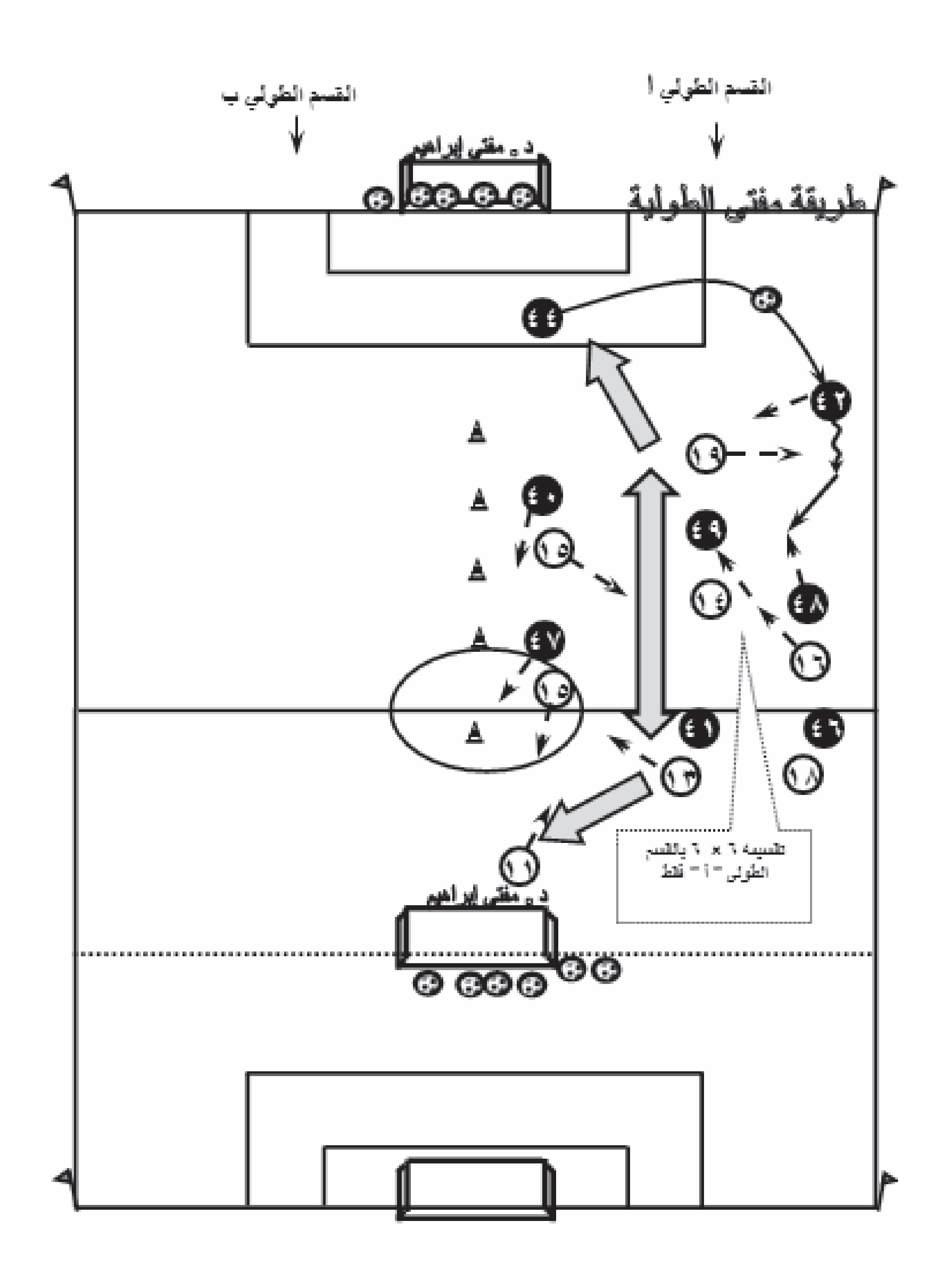
المباراة المصغرة رقم ٣٩

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ مباراة واحدة بالقسم الطولى أ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين طوليين «بطريقة مفتى الطولية».

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى أ ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد٦ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
تقسيمة ٦ × ٦ بالقسم الطولى = أ = فقط
د. مفتي إبراهيم

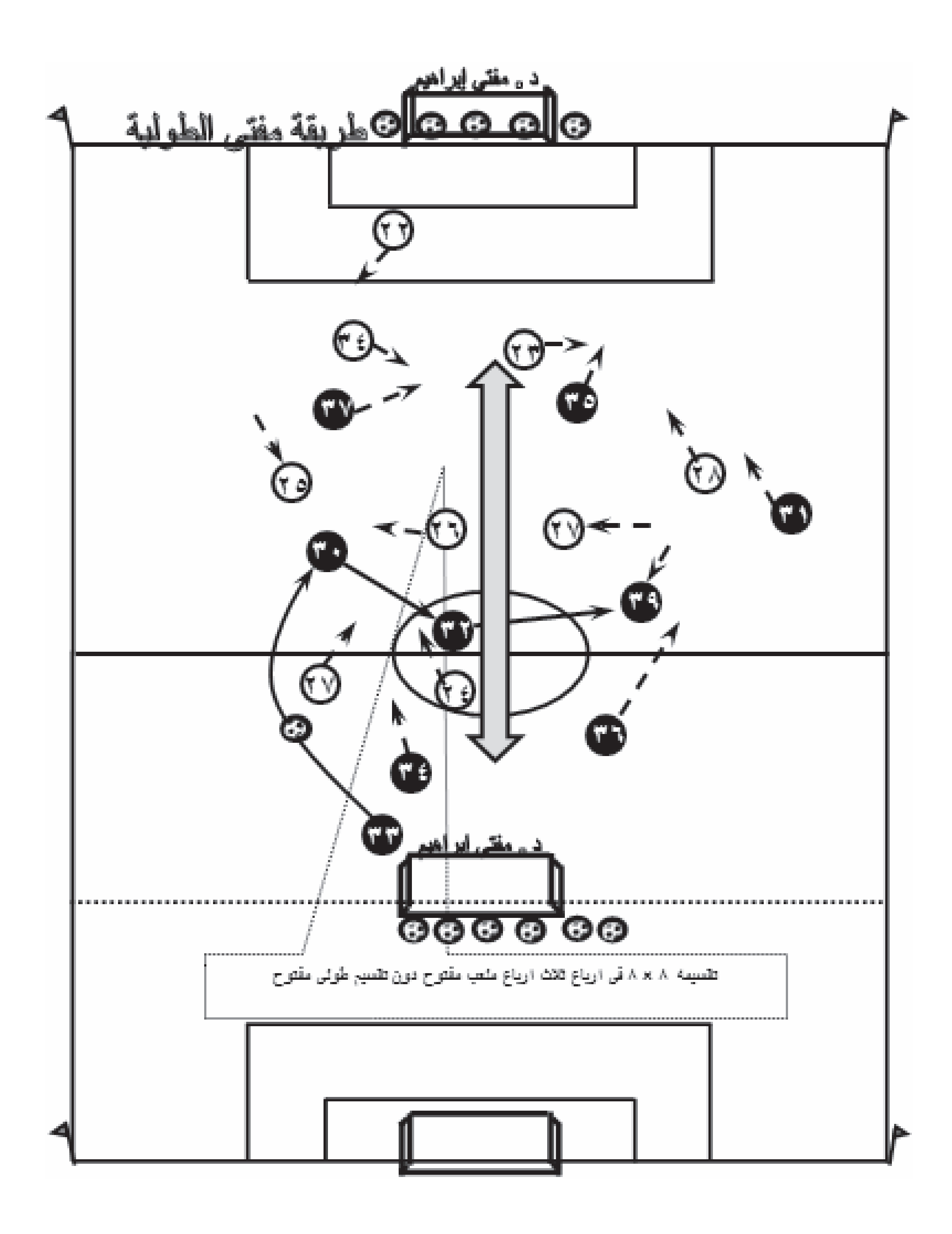
المباراة المصغرة رقم ٤٠

تنظيم المباراة المصغرة:

- مباراة واحدة فى ثلاثة أرباع ملعب ذو عرض كامل (عرض مفتوح).

عدد اللاعبين المشاركين:

- المباراة بالقسم الطولى ٨ × ٨ وحارس مرمى لكل فريق (٨ + حارس × ٨ + حارس).


د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
٢٢
٣٤
٢٣
٣٧
٣٥
٢٥
٢٨
٣١
٢٦
٢٧
٣٠
٣٩
٣٢
٢٧
٢٤
٣٦
٣٤
٣٣
د. مفتي إبراهيم
تقسيمة ٨ × ٨ في ارباع ثلاث ارباع ملعب مقترح دون تقسيم طولي مقترح

المباراة المصغرة رقم ٤١

تنظيم المباراة المصغرة:

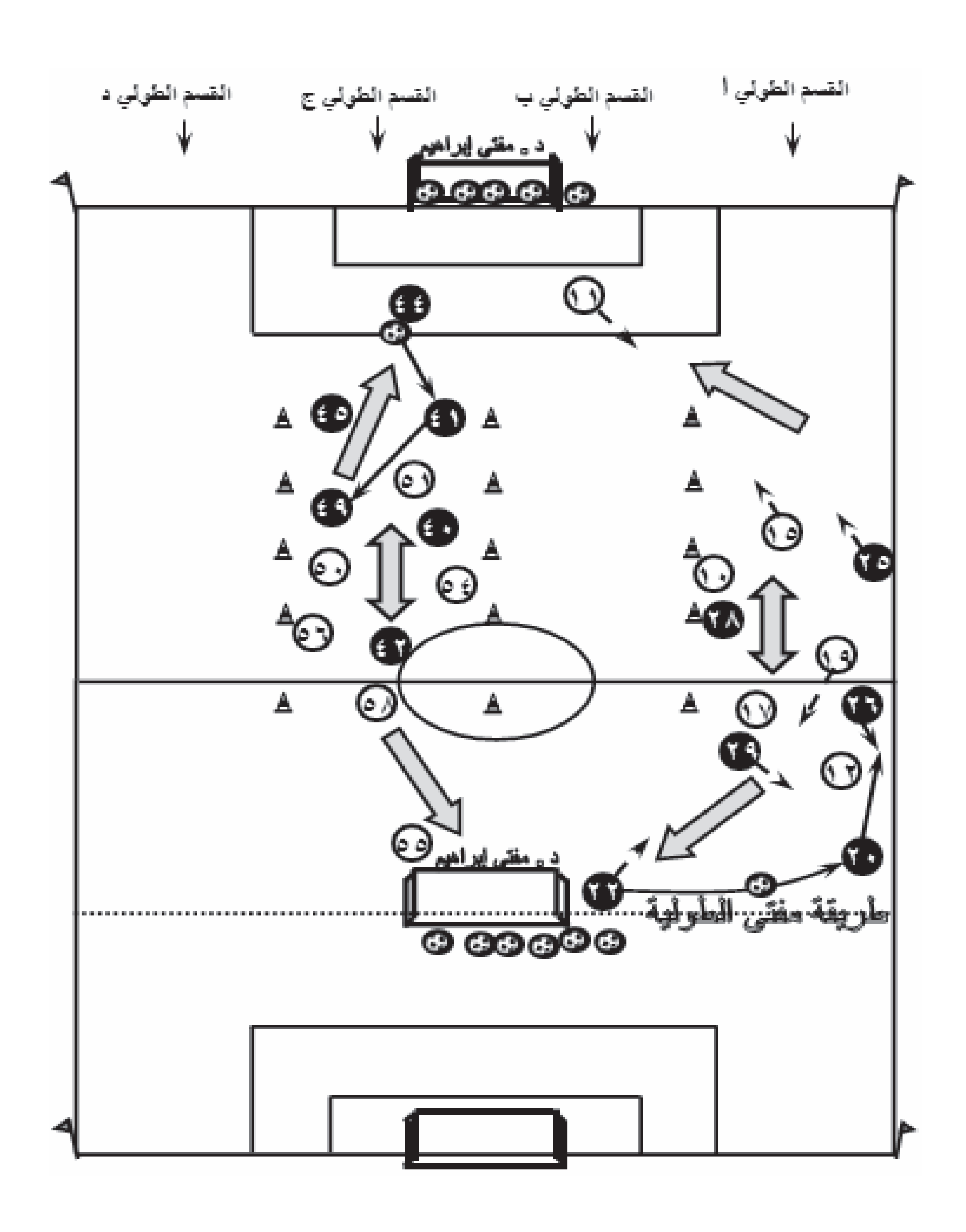
❑ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٢ قسمين طوليين «بطريقة مفتى الطولية، مباراتان فى نفس الوقت، الأولى بالقسم الطولى أ، والثانية بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ المباراة بالقسم الطولى أ ٥ × ٥(٥ لاعبين + حارس ضده لاعبين + حارس).

❑ المباراة بالقسم الطولى ج ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).

❑ المباراة بالقسم الطولى ج ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).


القسم الطولي د
القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د . مفتي إبراهيم
د . مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية

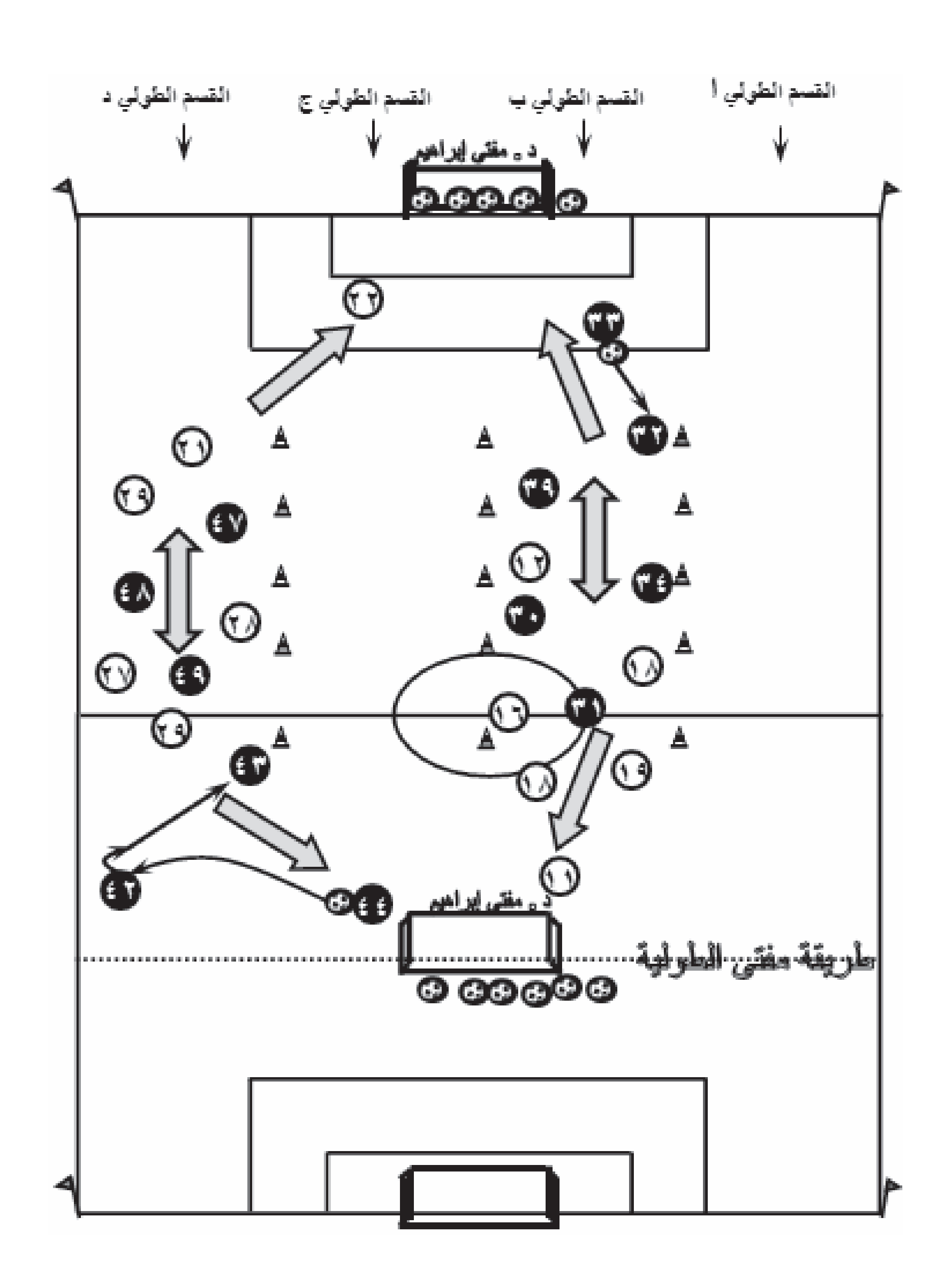
المباراة المصغرة رقم ٤٢

تنظيم المباراة المصغرة:

❒ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى قسمين طوليين «بطريقة مفتى الطولية، مباراتان فى نفس الوقت، الأولى بالقسم الطولى أ، والثانية بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❒ المباراة بالقسم الطولى أ ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).


القسم الطولي د
القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
طريقة مفتي الطولية

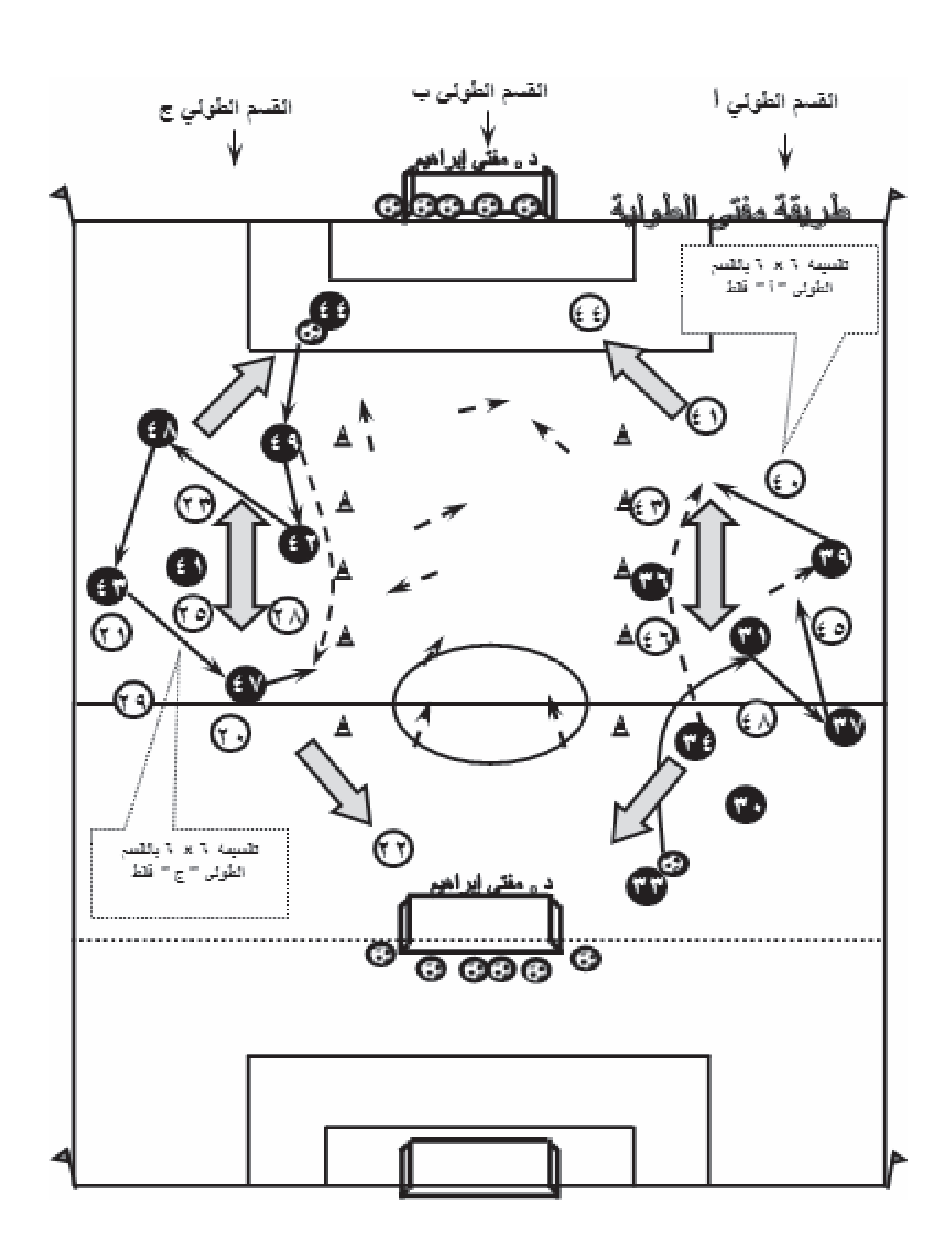
المباراة المصغرة رقم ٤٣

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراتان فى نفس الوقت، الأولى بالقسم الطولى أ، والثانية بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى أ ٦ × ٦(٦ لاعبين + حارس ضد٦ لاعبين + حارس).
- ❐ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
تقسيمه ٦ × ٦ بالقسم الطولي "أ" فقط
تقسيمه ٦ × ٦ بالقسم الطولي "ج" فقط
د. مفتي إبراهيم

المباراة المصغرة رقم ٤٤

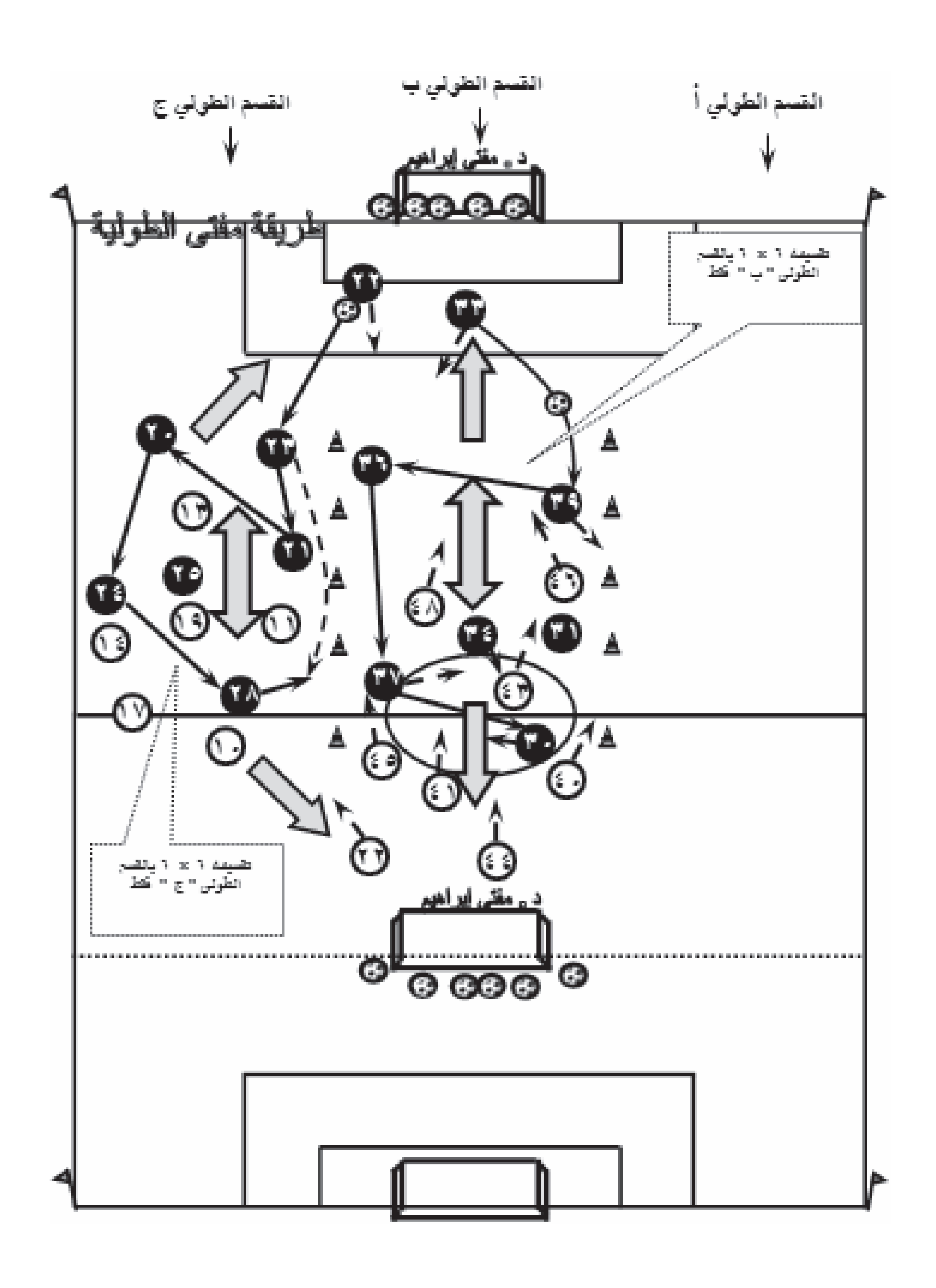
تنظيم المباراة المصغرة:

❑ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراتان فى نفس الوقت، الأولى بالقسم الطولى ب، والثانية بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ المباراة بالقسم الطولى ب٦ × ٦(٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).

❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
د. مفتي إبراهيم
طريقة مفتي الطولية
طريقة ٦ × ٦ بالقسم الطولي "ب" فقط
طريقة ٦ × ٦ بالقسم الطولي "ج" فقط
د. مفتي إبراهيم

المباراة المصغرة رقم ٤٥

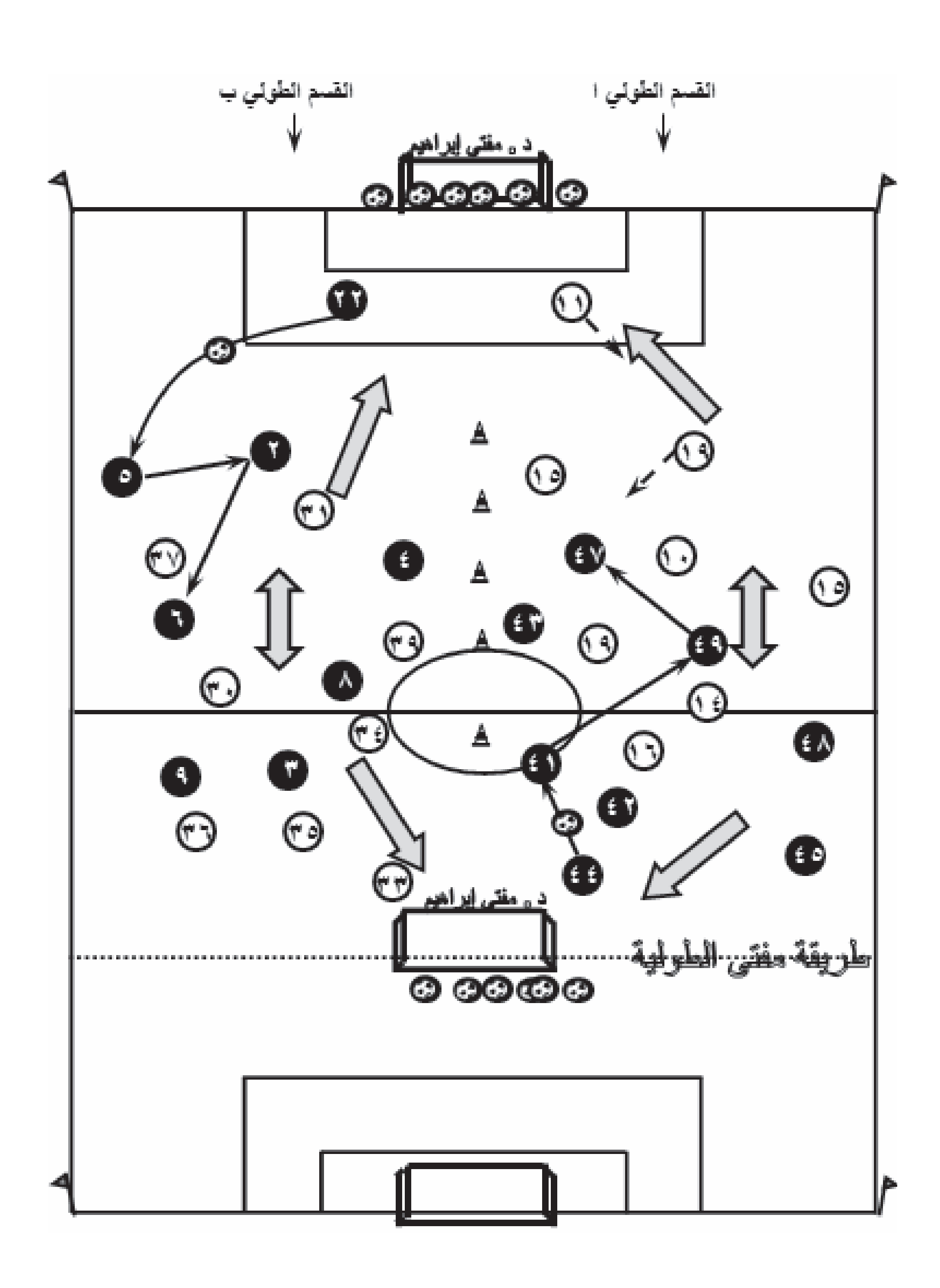
تنظيم المباراة المصغرة:

❑ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراتان فى نفس الوقت، الأولى بالقسم الطولى ب، والثانية بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❑ المباراة بالقسم الطولى ب ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).

❑ المباراة الثانية بالقسم الطولى ج ٦ × ٦ (٦ لاعبين + حارس ضد ٦ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ب
القسم الطولي ا
د. مفتي ابراهيم
د. مفتي ابراهيم
طريقة مفتي الطولية

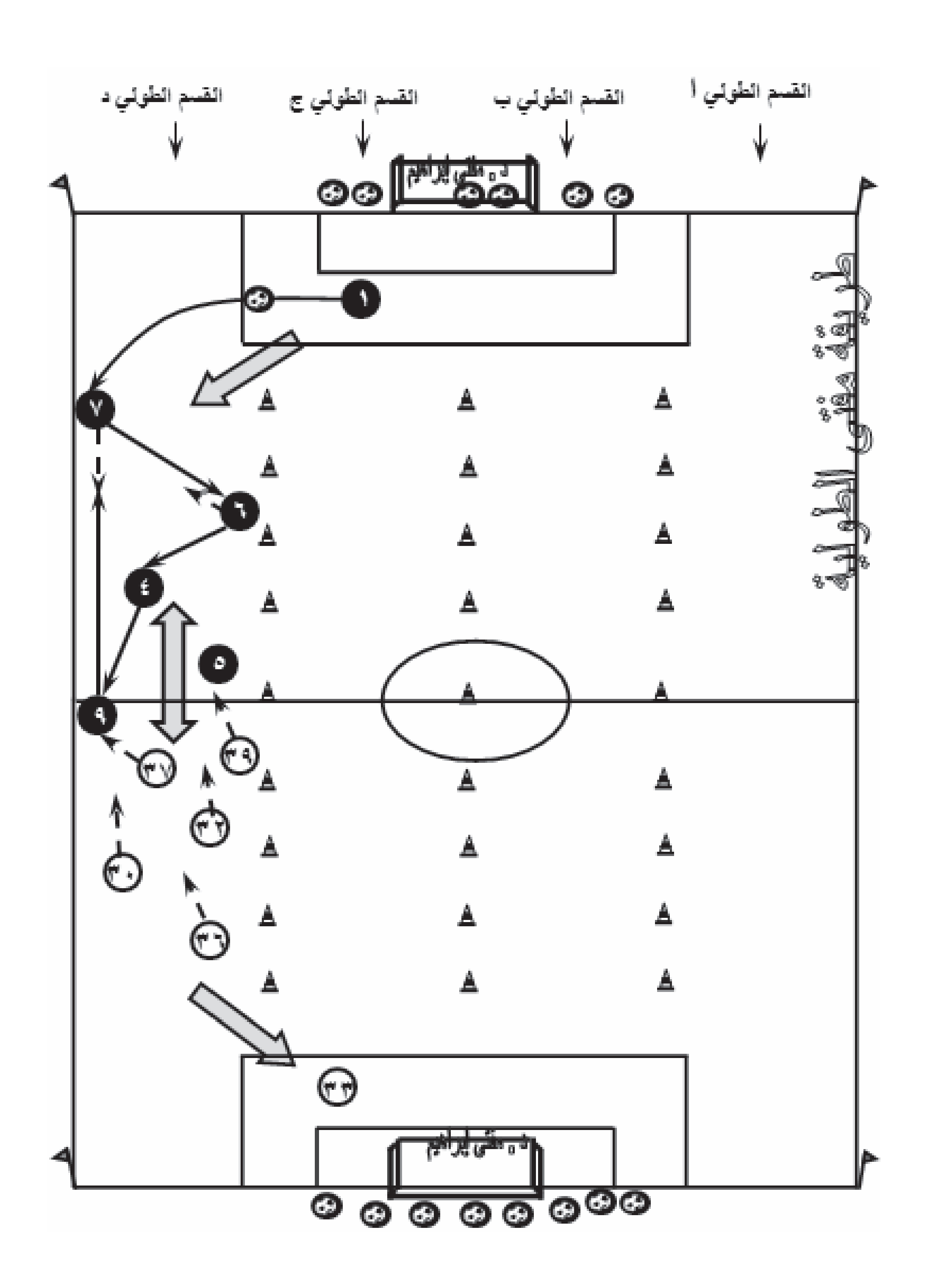
المباراة المصغرة رقم ٤٦

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ فى ثلاثة أرباع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى د.

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).



القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج
القسم الطولي د

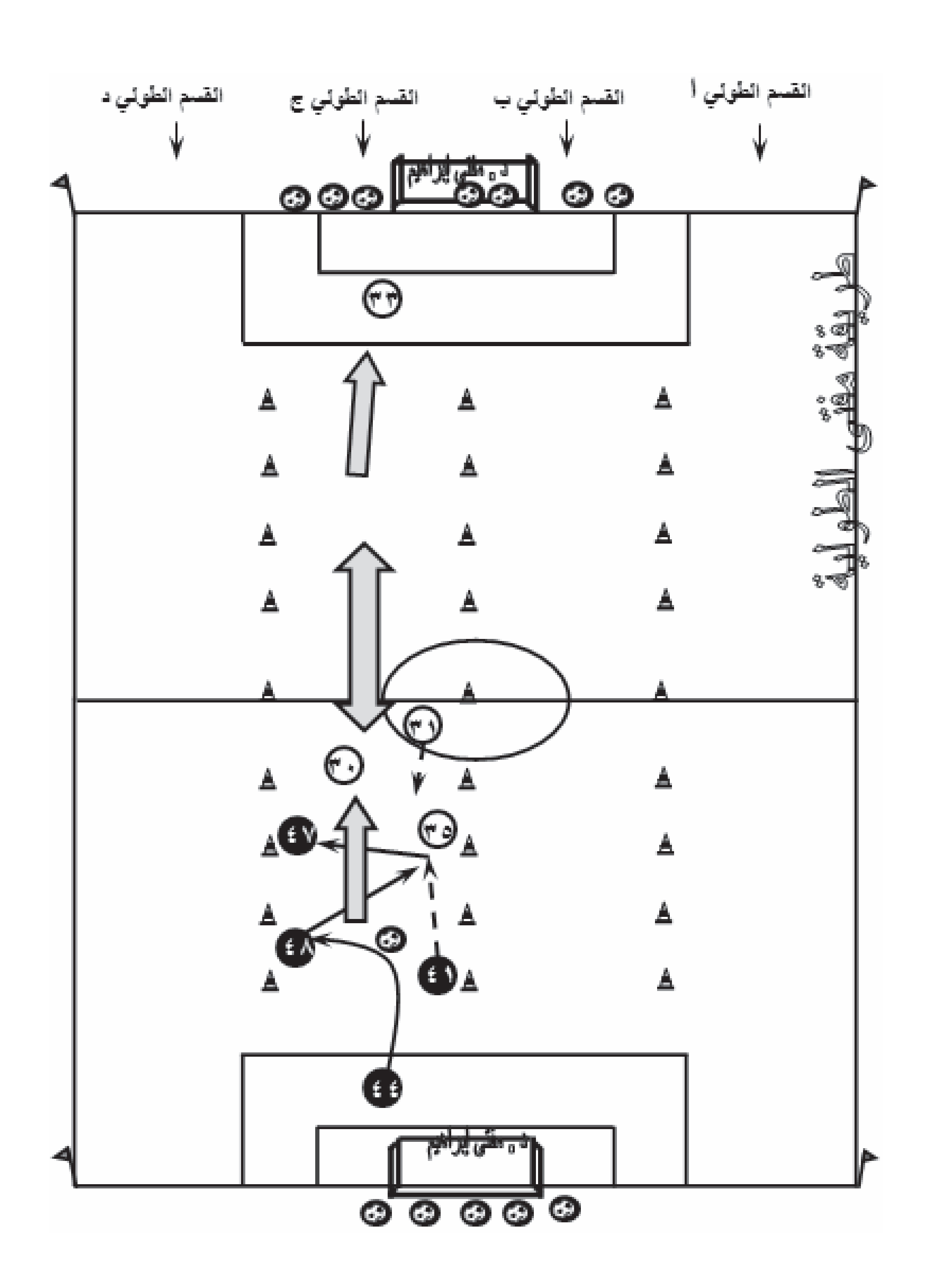
المباراة المصغرة رقم ٤٧

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى ٤ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ج٣ × ٣(٣ لاعبين + حارس ضد٣ لاعبين + حارس).


القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج
القسم الطولي د
٣٣
٣١
٣٠
٣٥
٤٧
٤٨
٤١
٤٤

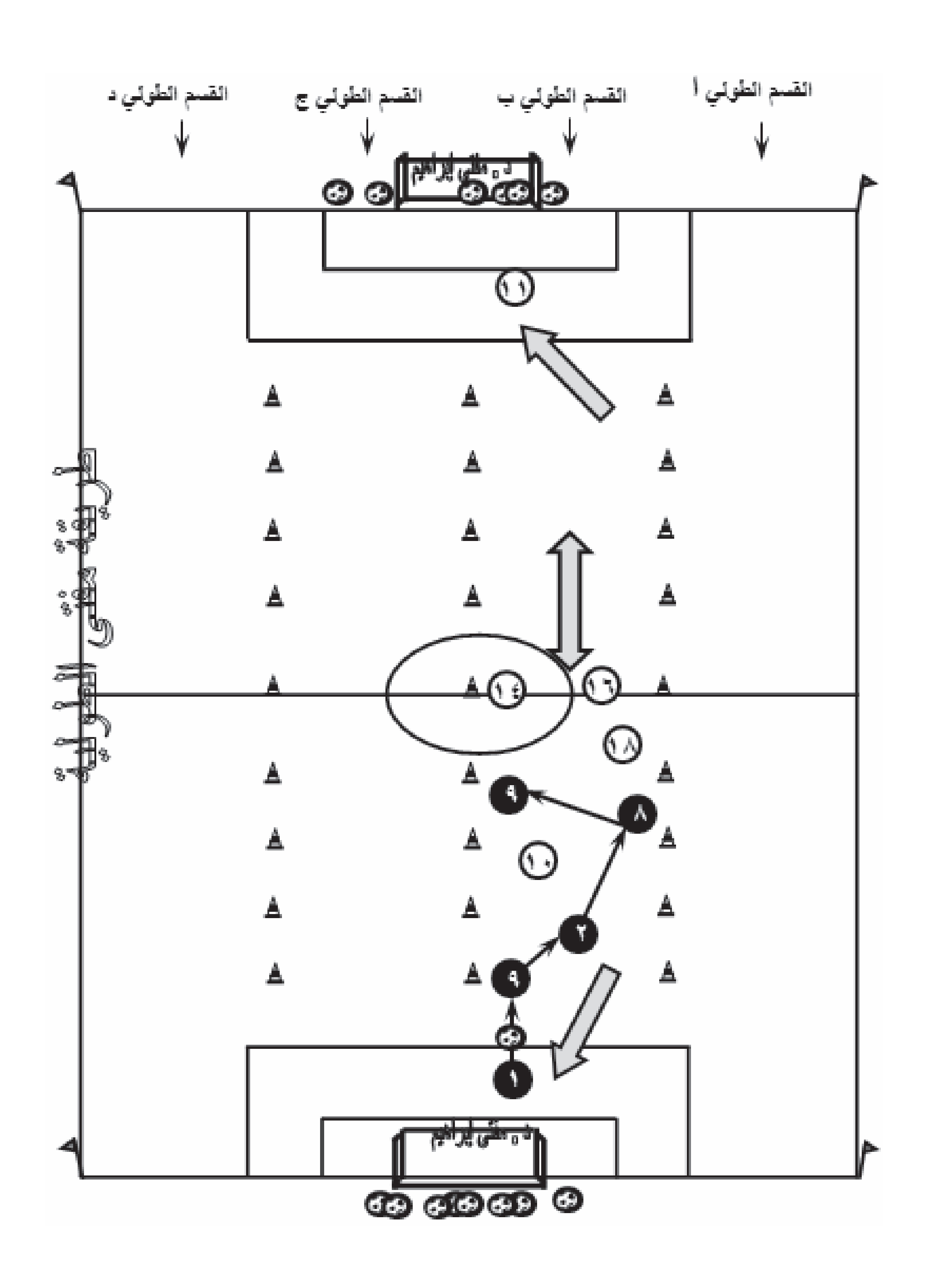
المباراة المصغرة رقم ٤٨

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى ٤ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٣ × ٣ (٣ لاعبين + حارس ضد ٣ لاعبين + حارس).


القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج
القسم الطولي د

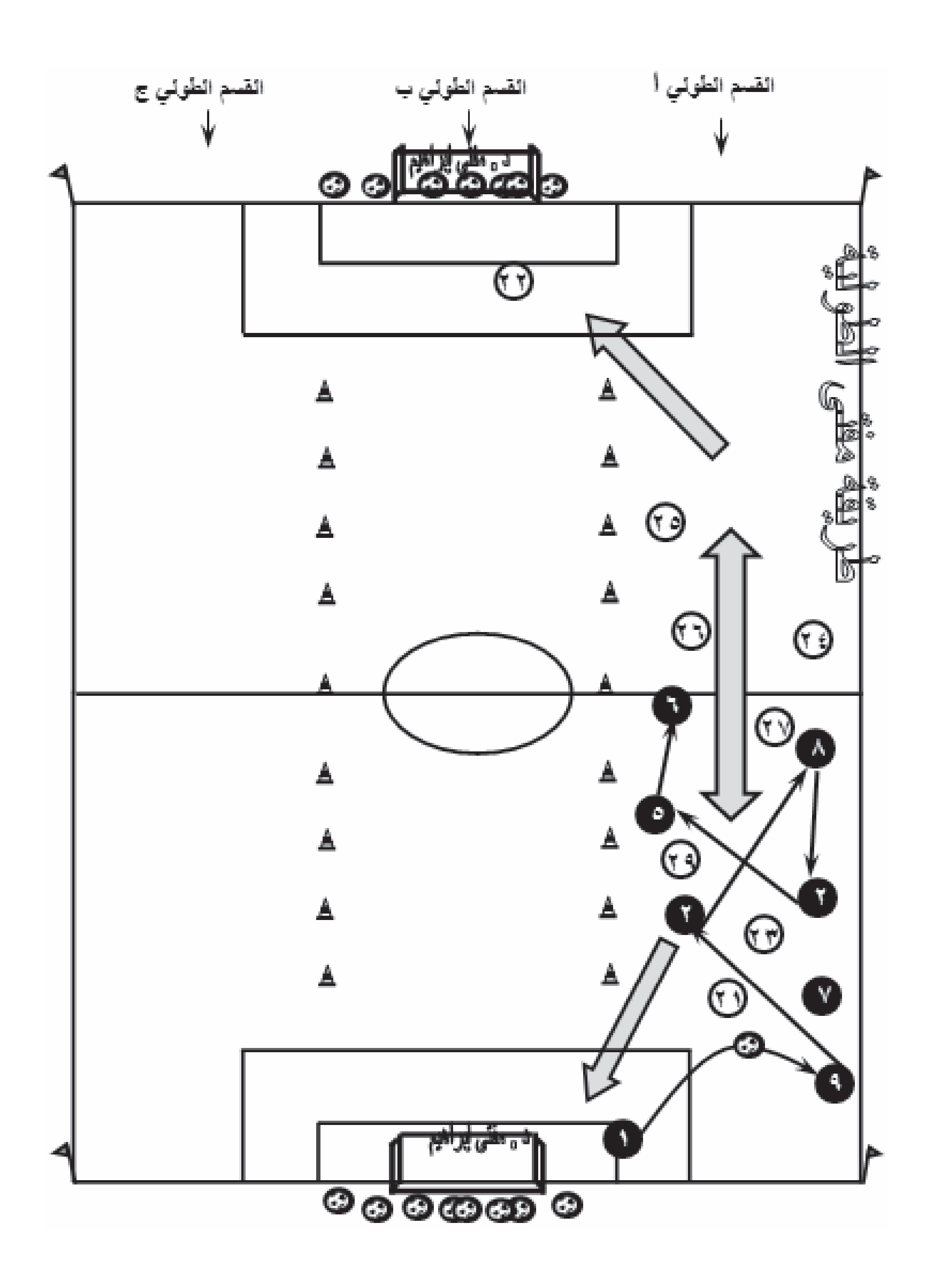
المباراة المصغرة رقم ٤٩

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى ٤ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى أ.

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٧ × ٧(٧ لاعبين + حارس ضد٧ لاعبين + حارس).


القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج

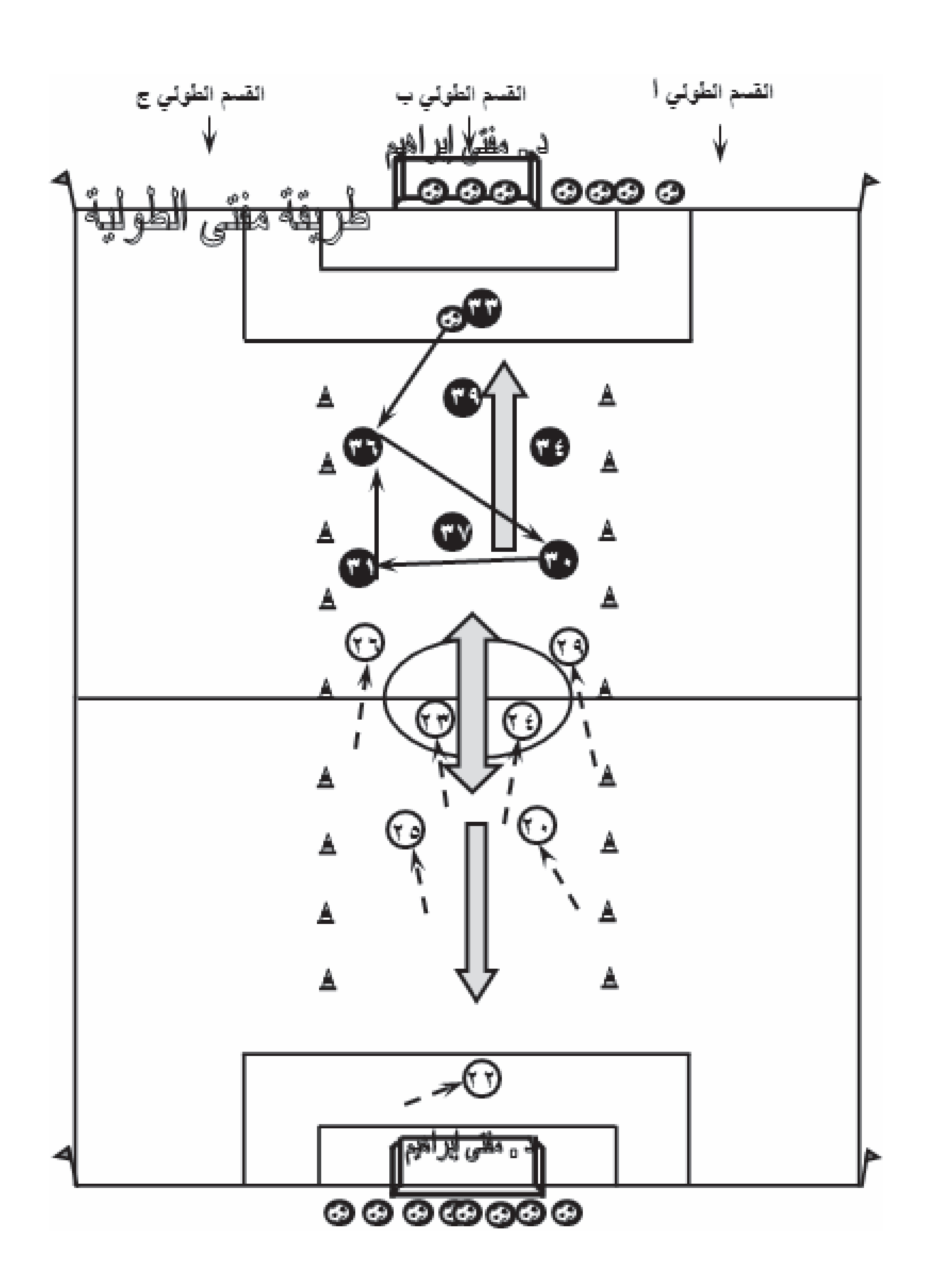
المباراة المصغرة رقم ٥٠

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى ٣ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى ب.

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٧ × ٧ (٧ لاعبين + حارس ضد ٧ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
طريقة مفتي الطولية

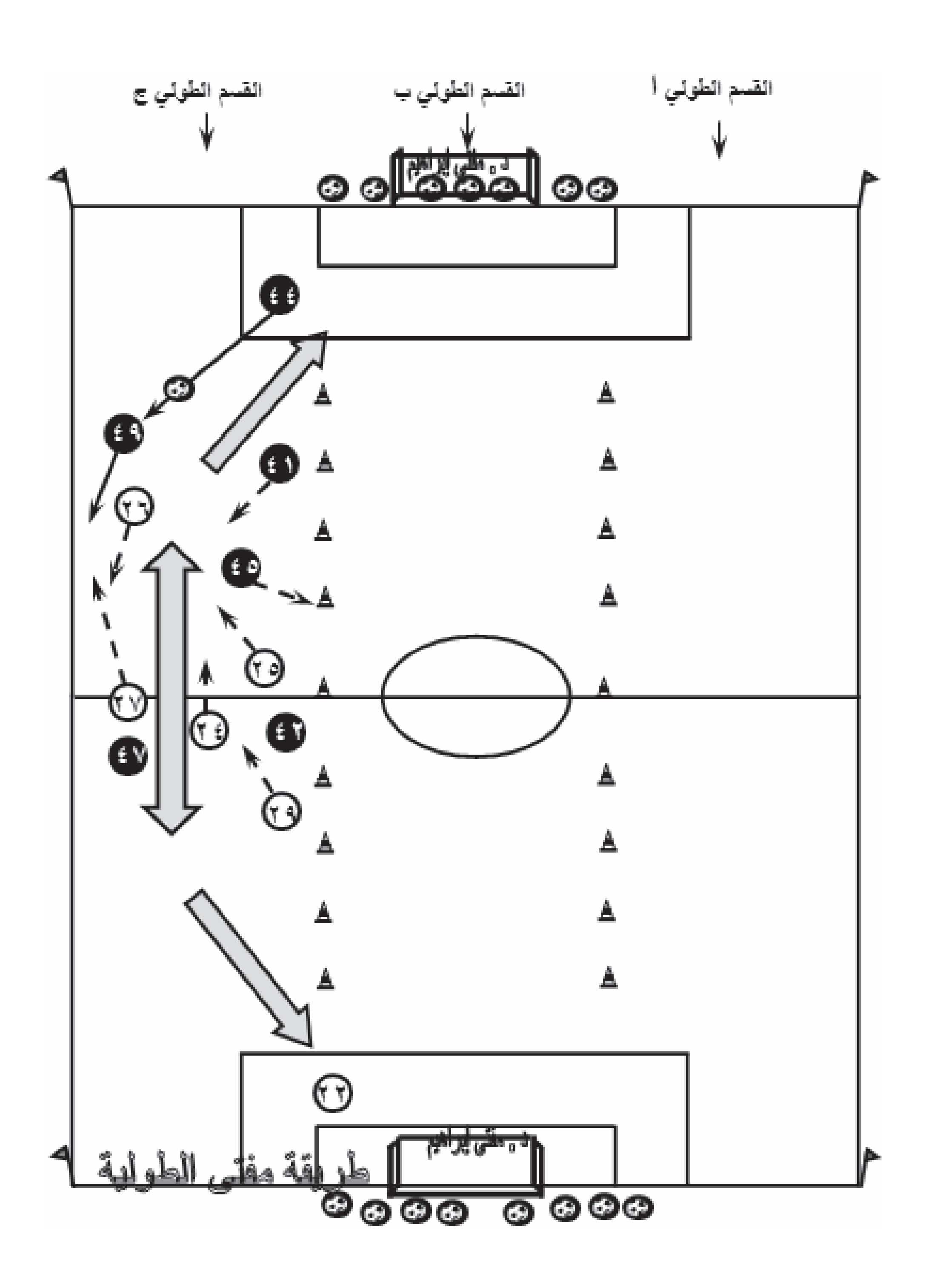
المباراة المصغرة رقم ٥١

تنظيم المباراة المصغرة:

- ❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى ٣ أقسام طولية «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

- ❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٥ × ٥(٥ لاعبين + حارس ضده لاعبين + حارس).


القسم الطولي ج
القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
٤٤
٤٩
٤١
٢٦
٤٥
٢٥
٢٧
٢٤
٤٢
٤٧
٢٩
٢٢
طريقة مفتي الطولية

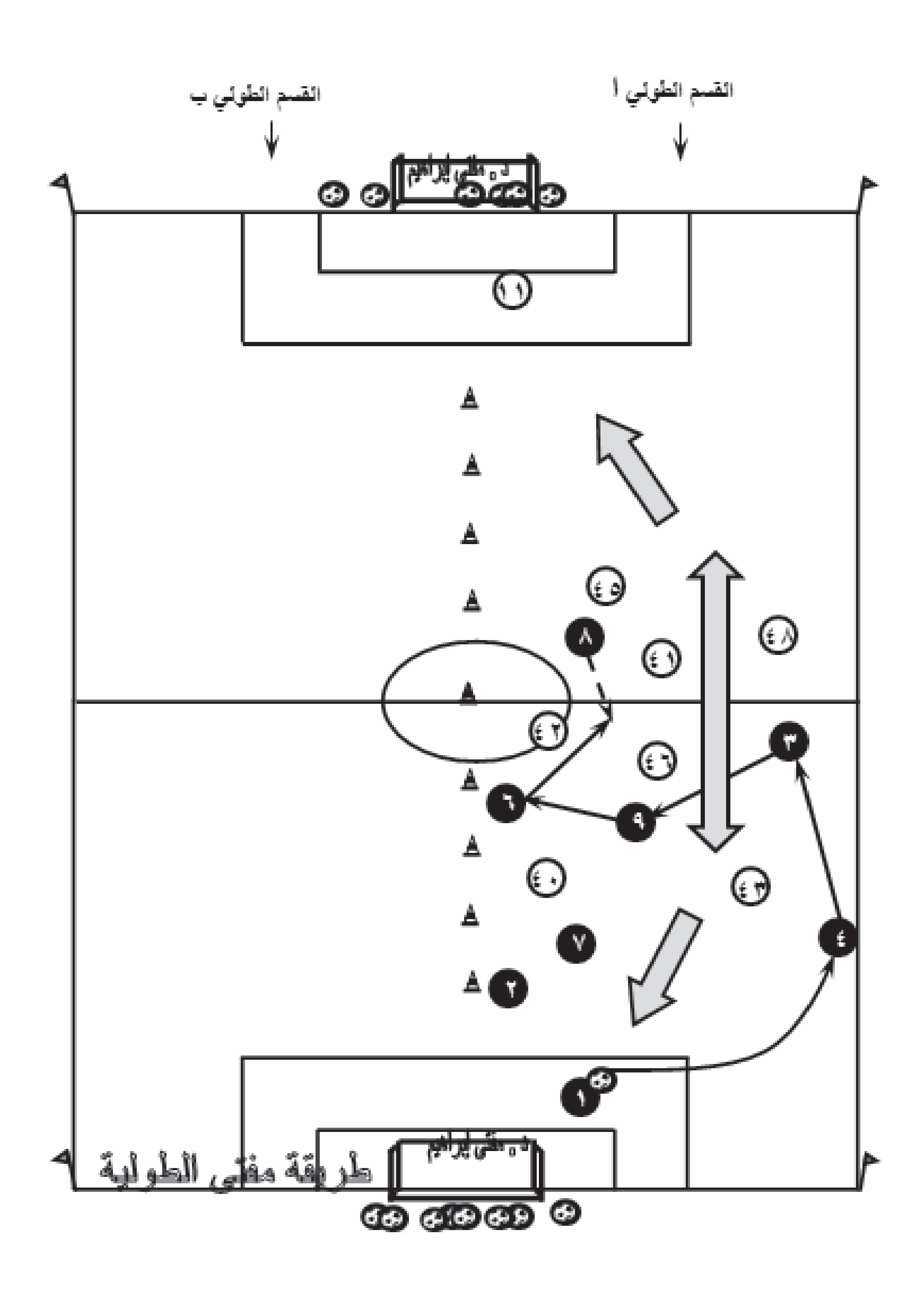
المباراة المصغرة رقم ٥٢

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٥ × ٥ (٥ لاعبين + حارس ضد ٥ لاعبين + حارس).



القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
طريقة مفتي الطولية

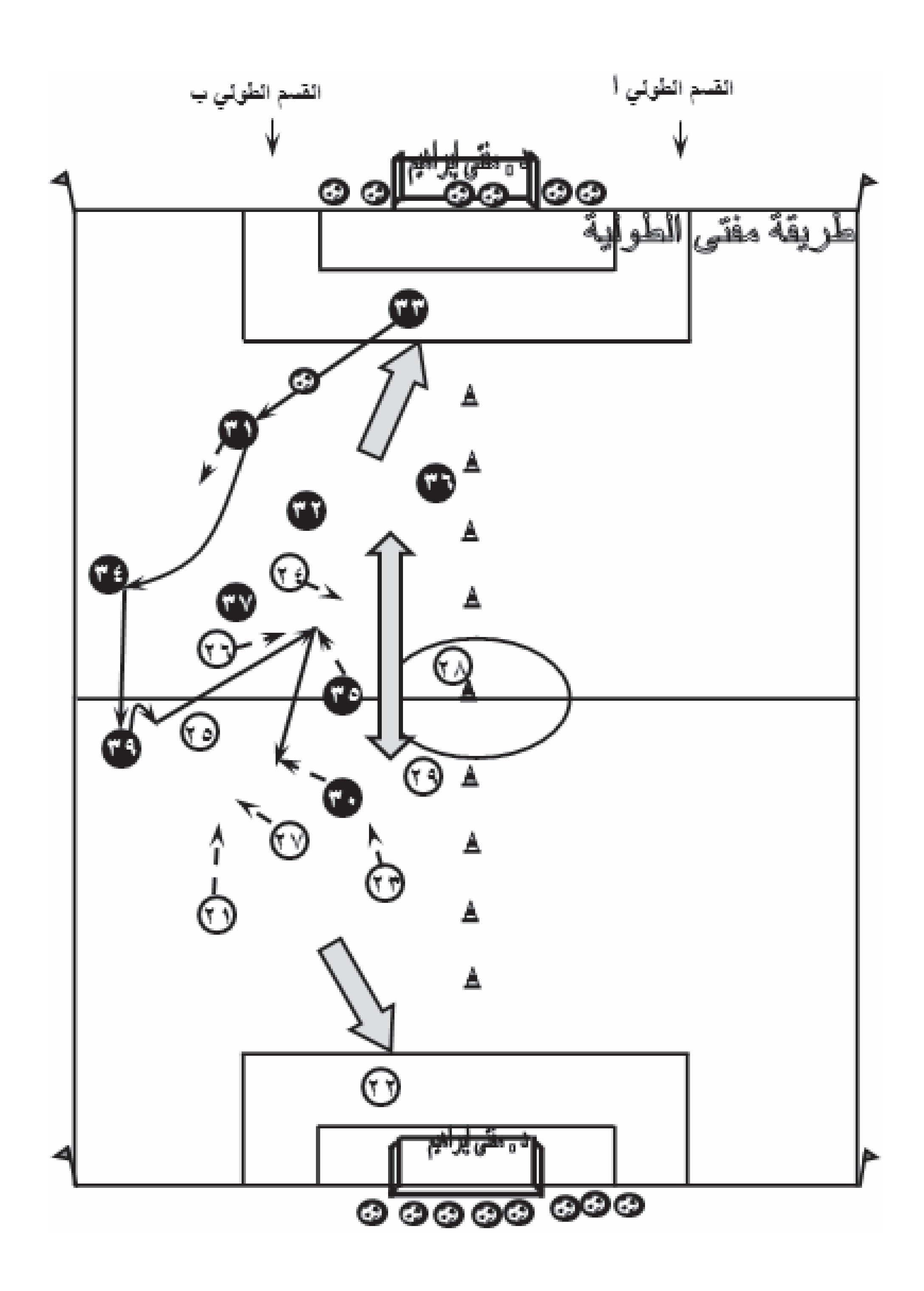
المباراة المصغرة رقم ٥٣

تنظيم المباراة المصغرة:

❐ فى ملعب كامل مقسم طوليا إلى قسمين «بطريقة مفتى الطولية»، مباراة بالقسم الطولى ج.

عدد اللاعبين المشاركين:

❐ المباراة بالقسم الطولى ب ٨ × ٨ (٨ لاعبين + حارس ضد ٨ لاعبين + حارس).


القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
طريقة مفتي الطولية

أسس ومبادئ تطبيقات
طريقة مفتى الطولية



أسس تطبيقات «طريقة مفتى الطولية»

- توصل المؤلف من خلال تطبيقات «طريقة مفتى الطولية» على الفرق التى قام بتدريبها بالنادى الأهلى المصرى، سواء بفرق البراعم أو بفرق الناشئين، كما تم تطبيقها على الفريق الأول حينما كان مدربا عاما بالفريق إلى عدد من الأسس التى تعتبر هى حجر الزاوية فى تميزها عن باقى أساليب تمرينات تدريب كرة القدم النمطية.
- إن تلك أسس طريقة مفتى الطولية والتى سيأتى عرضها فيما يلى هى مبادئ لا غنى عنها عند تطبيق أى تمرين من تمريناتها التى توصل إليها المؤلف، والتى فاق عددها حتى هذه اللحظة أكثر من ٨٥٠٠٠٠ ثمانمائة وخمسون ألف تمرين، ومازال المؤلف يعكف على ابتكار العديد من المتغيرات التى يمكن أن تضيف أعداد إضافية من تمرينات الطريقة.
- ويلاحظ أنه إذا ما أخل بأحد تلك الأسس، فإن الإخلال الحادث قد يحولها إلى أسلوب آخر من أساليب تدريب وتمرينات كرة القدم، أو قد يضعف من فاعلية التمرين المنفذ.
- فى الصفحات التالية سوف نعدد باختصار تلك الأسس.

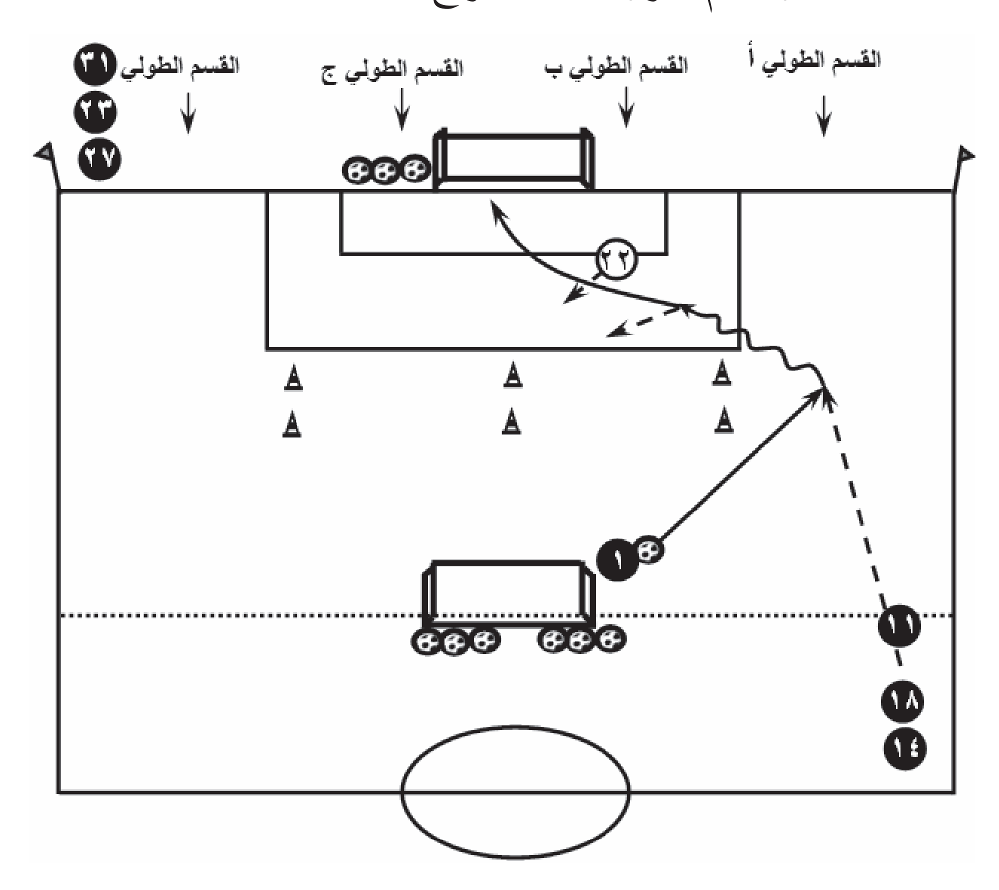
الأساس رقم ١

- فى كافة تمرينات طريقة مفتى الطولية يجب أن يبدأ كل تمرين من حارس المرمى المهاجم، وقد يتم بدء التمرين بضربة مرمى أو بتمرير الحارس الكرة باليد أو بالقدم طويلة أم قصيرة عالية أم أرضية.

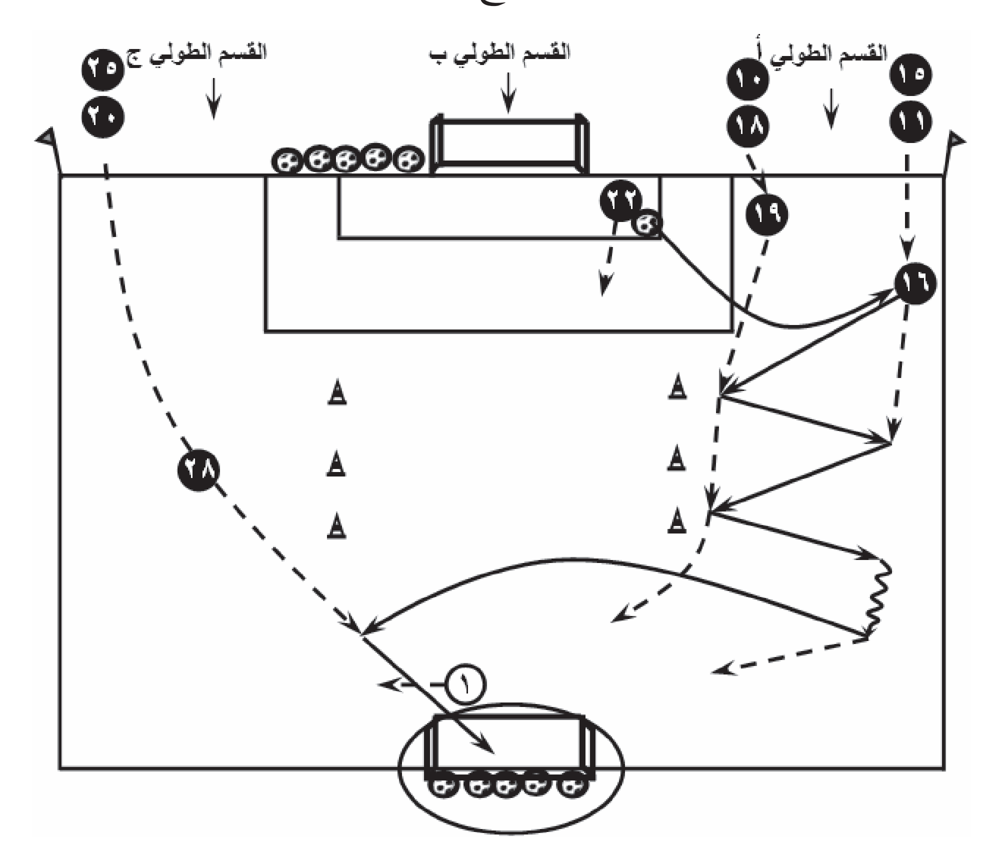
❑ يؤكد هذا الأساس أن كافة التمرينات تبدأ بداية واقعية كما تحدث خلال المباريات فى مواقف اللعب المختلفة.

❑ إن ما سبق عرضه يؤكد على أن كافة مواقف التدريب بطريقة مفتى الطولية إنما هى تمثل بالفعل مواقف واقعية تحدث بالمباريات.

❑ راجع الشكل التالى لتوضيح هذا الأساس، حيث يمثل التمرين أحد تمرينات «طريقة مفتى الطولية»، وسوف تلاحظ أن الحارس ١ المهاجم قد مرر الكرة إلى زميله المهاجم ٣٥ الذى كان قد انطلق إلى القسم الطولى أ ليتلقى الكرة ليتجه بها إلى مرمى الحارس ١ ليهدف فيه، ويلاحظ كذلك أن الحارس ١ مرر الكرة أرضية، وبالإمكان أن يمررها عالية سواء بيده أو بقدمه، ولاحظ أيضا أن المهاجم ١ ينفذ الأداء داخل القسم الطولى أ فى هذا النموذج.



❐ للمزيد من التوضيح، يقدم المؤلف فيما يلى نموذج آخر، إذ يمكن أن يخطط و ينفذ تمرين بهدف فنى معين يشارك فيه ثلاثة لاعبين كما فى الشكل التالى، مع ملاحظة أن هذا التمرين وكافة التمرينات فى طريقة مفتى الطولية تبدأ من الحارس المهاجم وتنتهى الهجمة فى مرمى الحارس المدافع المنافس.



الأساس رقم ٢

❐ تخطيط وتنفيذ تمرينات «طريقة مفتى الطولية» على اللاعبين بدءا من البراعم وحتى لاعبى الفريق الأول، على ان يراعى عدة شروط منها ما يلى:

- مراعاة تناسب أبعاد الملعب المستخدم (الطول والعرض) فى التمرين مع المرحلة السنية.

▪ مراعاة تناسب المفردات الفنية (المهارات وغيرها) مع المرحلة السنية.

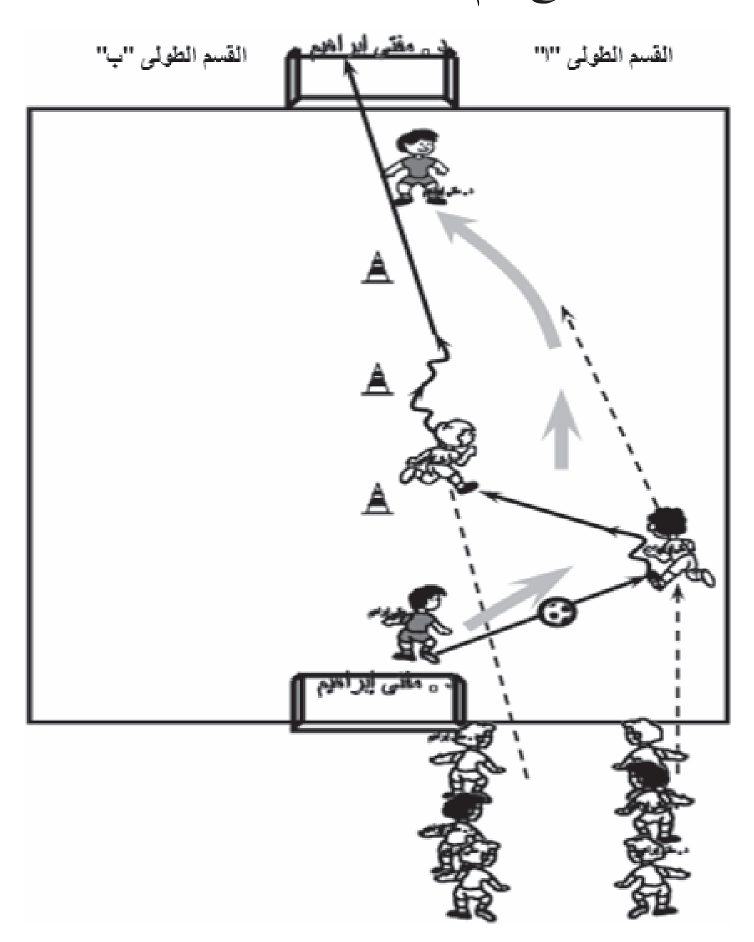
▪ مراعاة تناسب عدد تكرارات تنفيذ التمرين أو زمن دوامه مع المرحلة السنية.

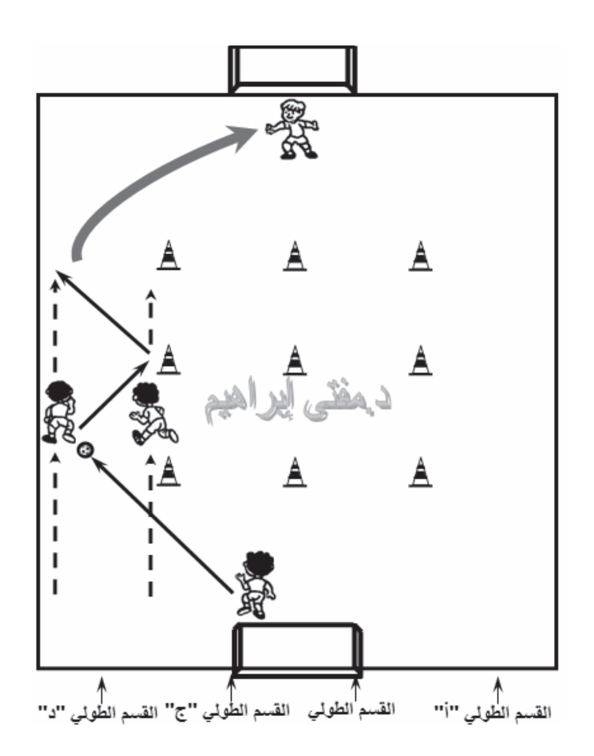
▪ مراعاة المستوى الفنى للبراعم أو الناشئين خلال تخطيط وتنفيذ التمرين.

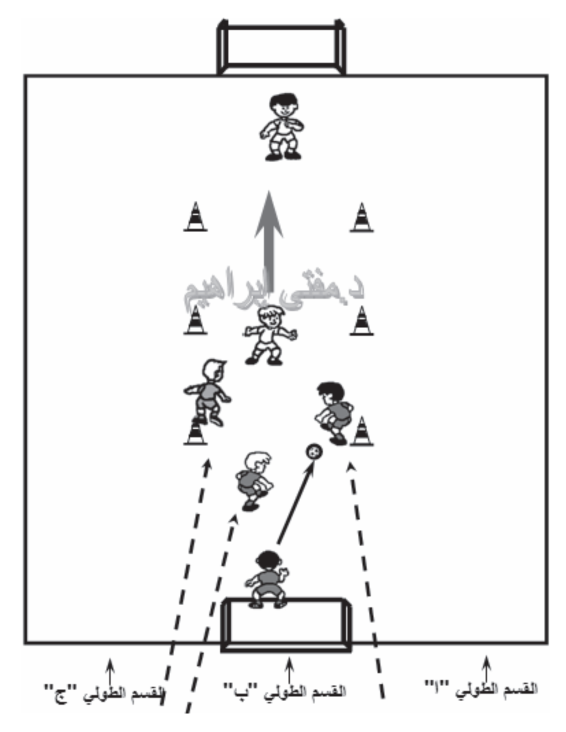
▪ مراعاة استخدام حجم كرة مناسب خلال تنفيذ التمرين.

❑ الشكل فى أسفل يوضح استخدام طريقة مفتى الطولية فى الملاعب المصغرة التى تتناسب مع البراعم فى ملعب مناسب أو مساحة مناسبة مقسمة إلى قسمين طوليين كنموذج فى حين بالإمكان استخدم مساحة مقسمة إلى ثلاث أو أربع أقسام معهم.

❑ يلاحظ فى هذا النموذج عدم مشاركة منافس فى التمرين




القسم الطولي "أ"
القسم الطولي
القسم الطولي "ج"
القسم الطولي "د"


القسم الطولي "أ"
القسم الطولي "ب"
القسم الطولي "ج"

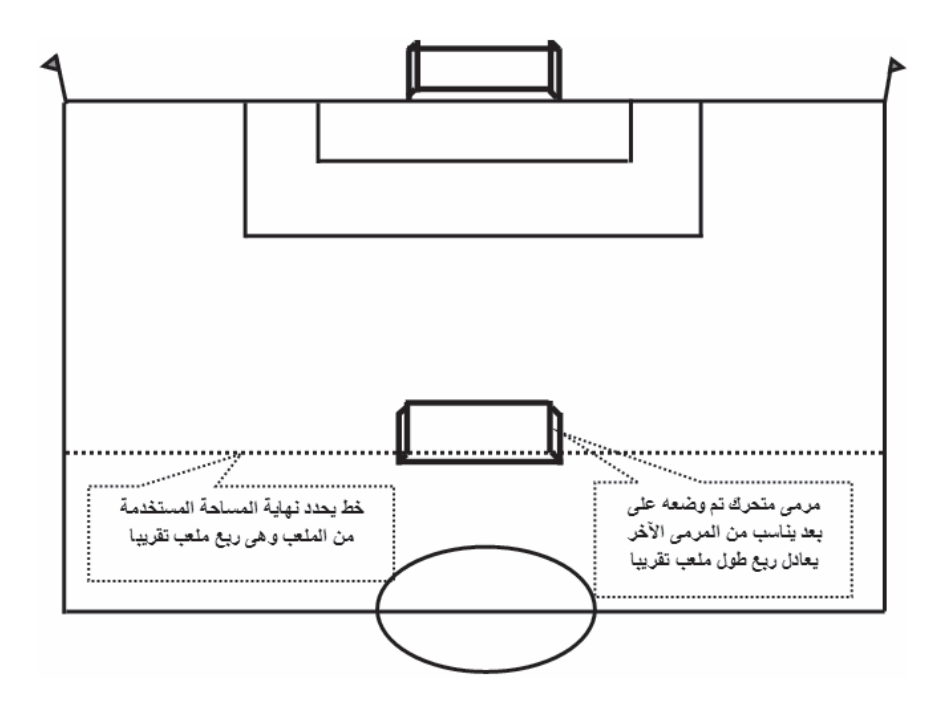
الأساس رقم ٣

- ☐ تستخدم وتنظم التمرينات فى «طريقة مفتى الطولية» إما فى طول يعادل ربع ملعب تقريبا أو نصف ملعب تقريبا، أو ثلاثة أرباع ملعب تقريبا، أو ملعب كامل.

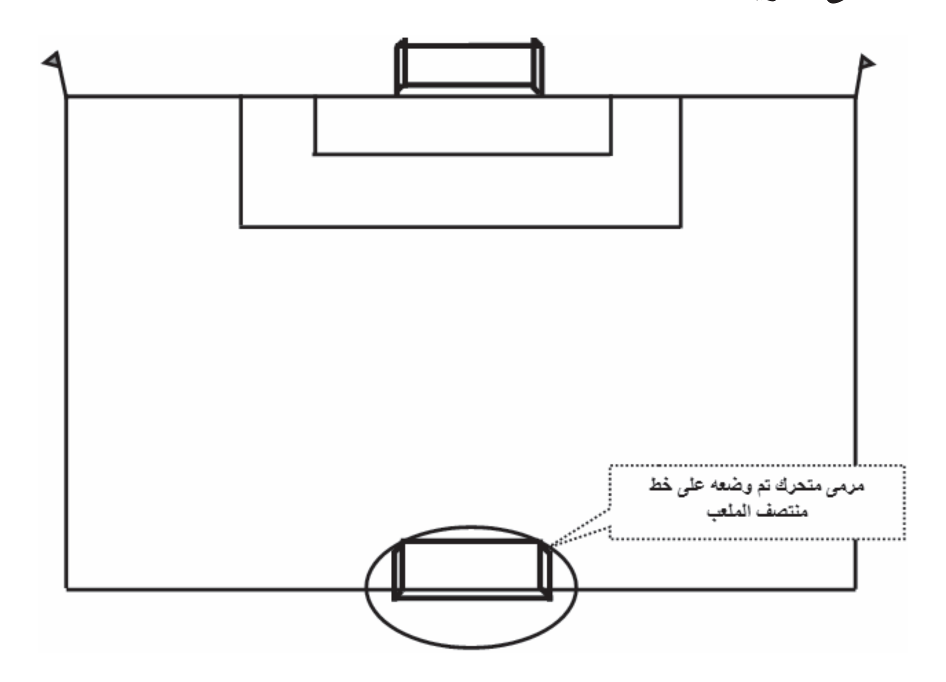
- ☐ يراعى أن استخدام المدرب للتمرينات بالأطوال المتنوعة من الملعب أو المساحة المتاحة سوف يمكنه من التركيز فى أحجام مصغرة معينة تمكن لاعبيه من جادة البرنامج الذهنى الحركى المطلوبة لتمرين معين دون إجهاد بدنى للاعب أو اللاعبين، بعد ذلك يكون بإمكان المدرب ان ينقل لاعبيه إلى مساحات أكبر من الملعب، ثم بعد ذلك الانتقال إلى مساحة أكثر كبرا، وهكذا، إذ إن إجهاد اللاعبين خلال تنفيذ تمرينات تهدف إلى تعامل أو تطوير مهارات أو قواعد خططية أو خطط لعب أو نظم لعب سوف يقلل من الفائدة التى يمكن أن يستفيد منها اللاعبين إذا ما نفذوا ذلك فى مساحة ملعب كبيرة تتطلب بذل جهد كبير..

- ☐ الأشكال فى أسفل توضح المساحات المختلفة التى يمكن للمدرب أن يستخدمها خلال تنفيذه لتعلم أو تطوير المهارات أو القواعد الخططية أو خطط لعب أو نظم لعب أو عناصر لياقة بدنية فى طريقة مفتى الطولية فى بنموذج ربع ملعب ويمكن تطبيقه على مساحة نصف ملعب أو ثلاثة أرباع ملعب أو ملعب كامل، ويلاحظ استخدام المرامى المتحركة التى تناسب قياساتها المرحلة السنية المشاركة فى تنفيذ التمرين.

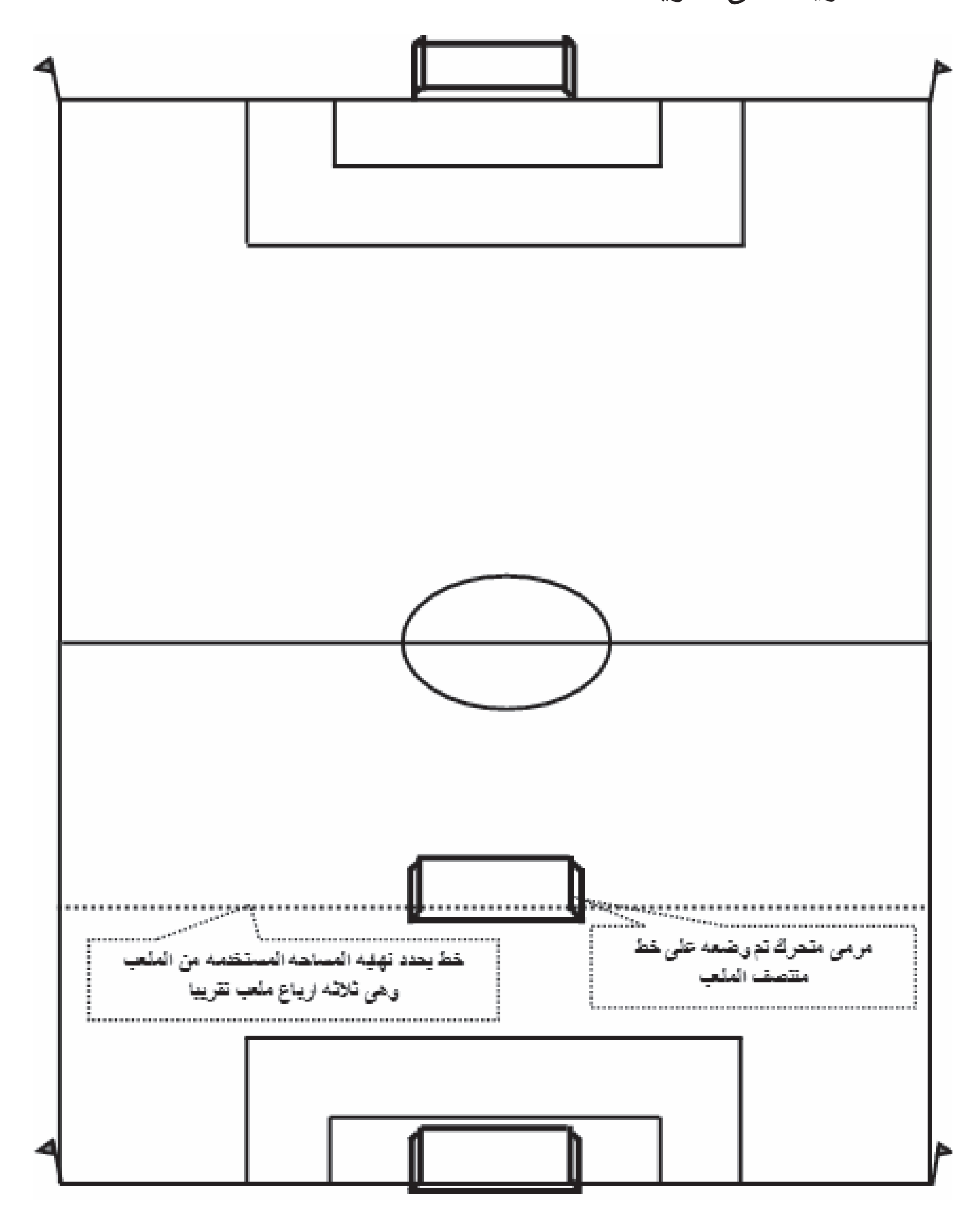
- ☐ الشكل التالى يوضح مساحة ربع ملعب التى تستخدم فى تنفيذ تمرينات طريقة مفتى الطولية، مع مراعاة إمكانية الزيادة القليلة للمساحة أو تقليلها بالقدر الذى يناسب الهدف من التمرين أو المستوى الفنى أو المرحلة السنية للاعبين.



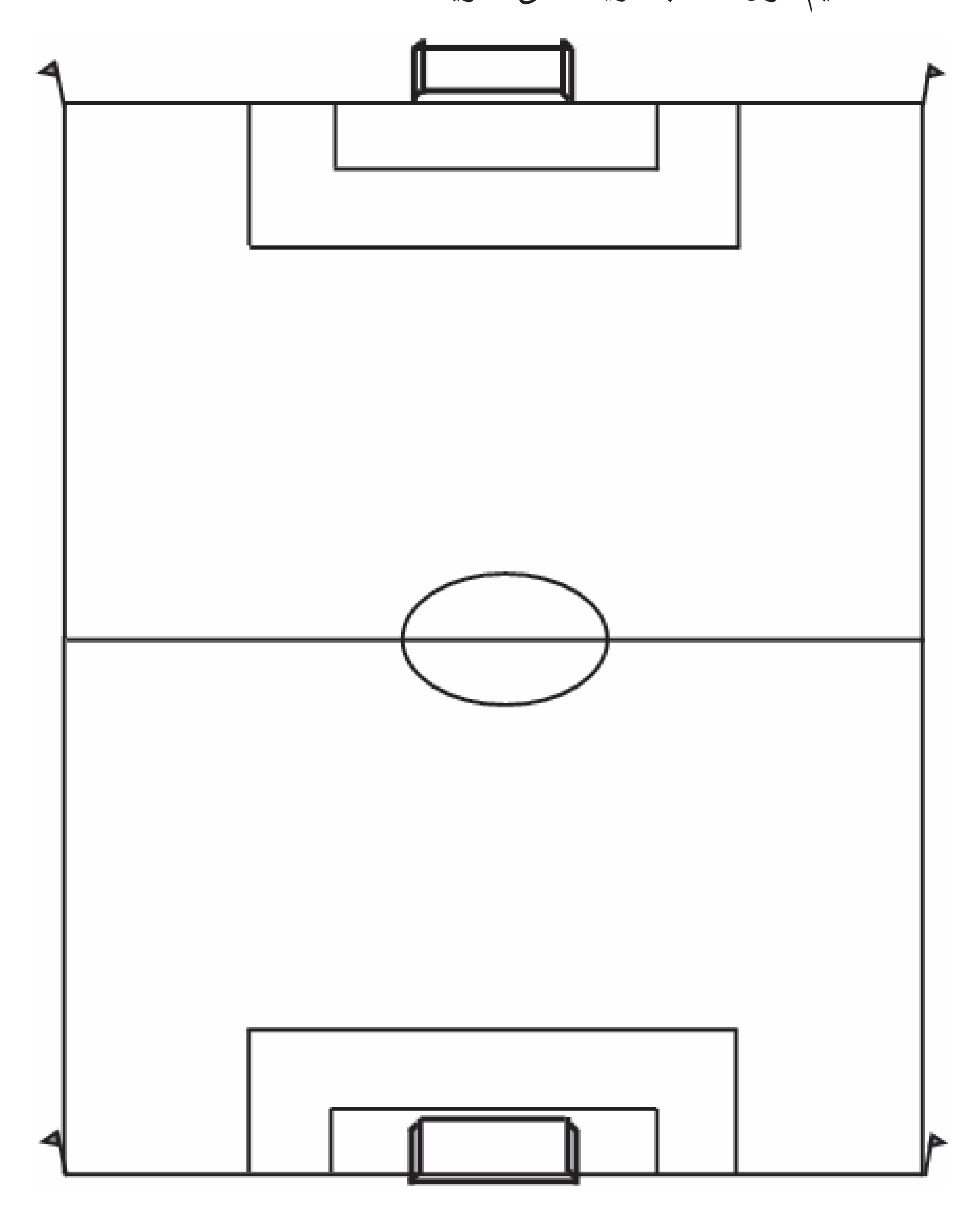
❐ الشكل التالى يوضح مساحة نصف ملعب التى تستخدم فى تنفيذ تمرينات طريقة مفتى الطولية.



❒ الشكل التالى يوضح مساحة ثلاثة أرباع ملعب التى تستخدم فى تنفيذ تمرينات «طريقة مفتى الطولية».



❐ الشكل التالى يوضح مساحة ملعب كامل تستخدم فى تنفيذ تمرينات لكن بدون تقسيم طولى للملعب طريقة مفتى الطولية.



الأساس رقم ٤

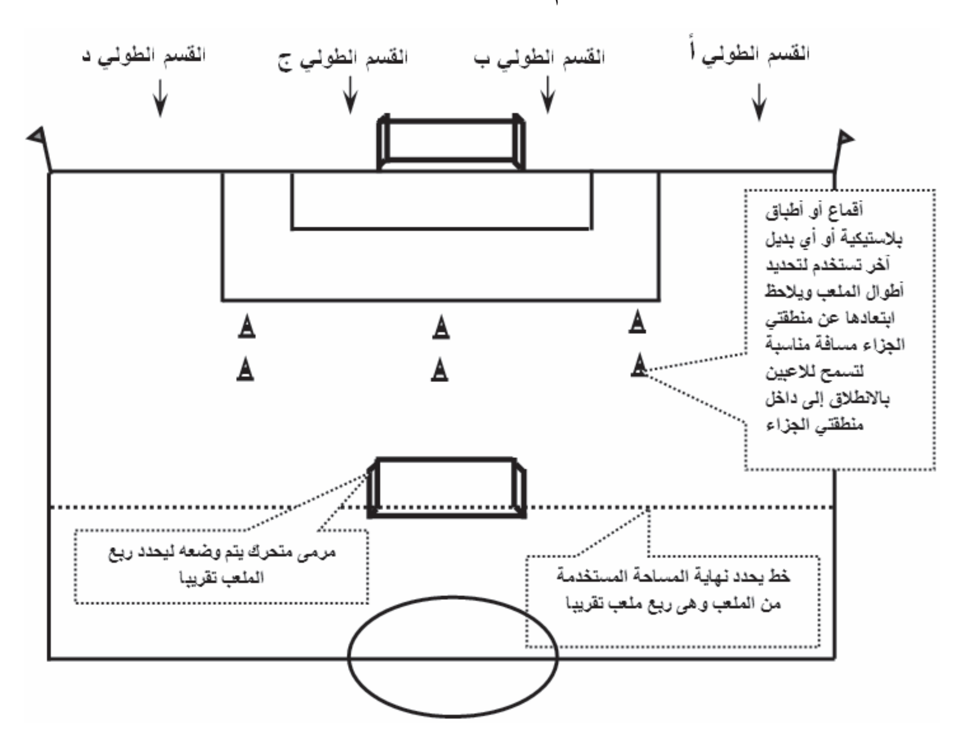
- ❑ عند استخدام تمرينات طريقة مفتى الطولية فإنه يمكن استخدام أنماط مختلفة من تقسيمات الملعب وأطواله.

- ❑ إن هناك مدى واسع من خيارات الأنماط المتاحة فى طريقة مفتى الطولية، حيث يمكن للمدرب اختيار النمط الذى يتناسب مع المستوى الفنى للاعبين، أو الذى يتناسب مع الهدف المطلوب تحقيقه من التمرين، وأيضا يمكن أن يختار النمط الذى يتناسب مع المرحلة السنية التى يمر بها اللاعبين، فيما يلى نقدم تلك الأنماط:

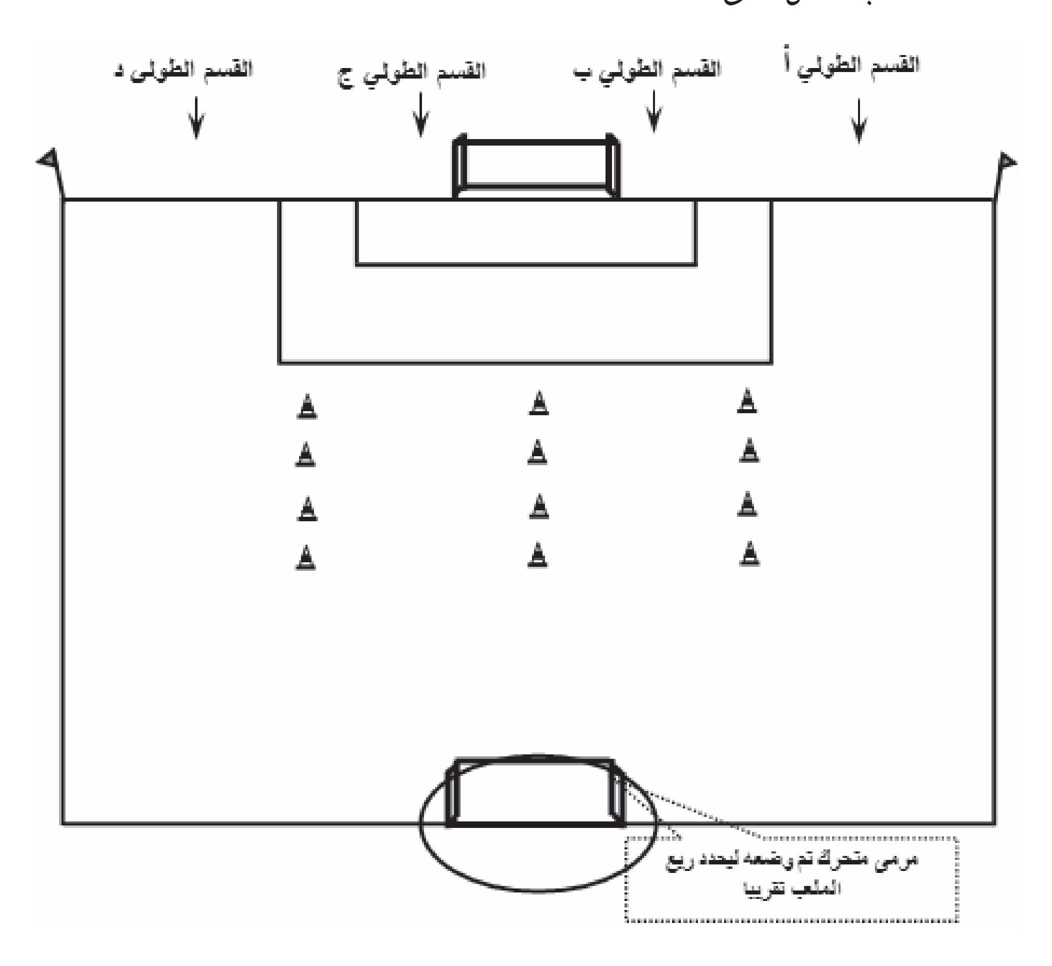
  - **نمط التقسيم الطولى الرباعى:**

يمكن للمدرب استخدام نمط التقسيم الرباعى وذلك على النحو التالى:

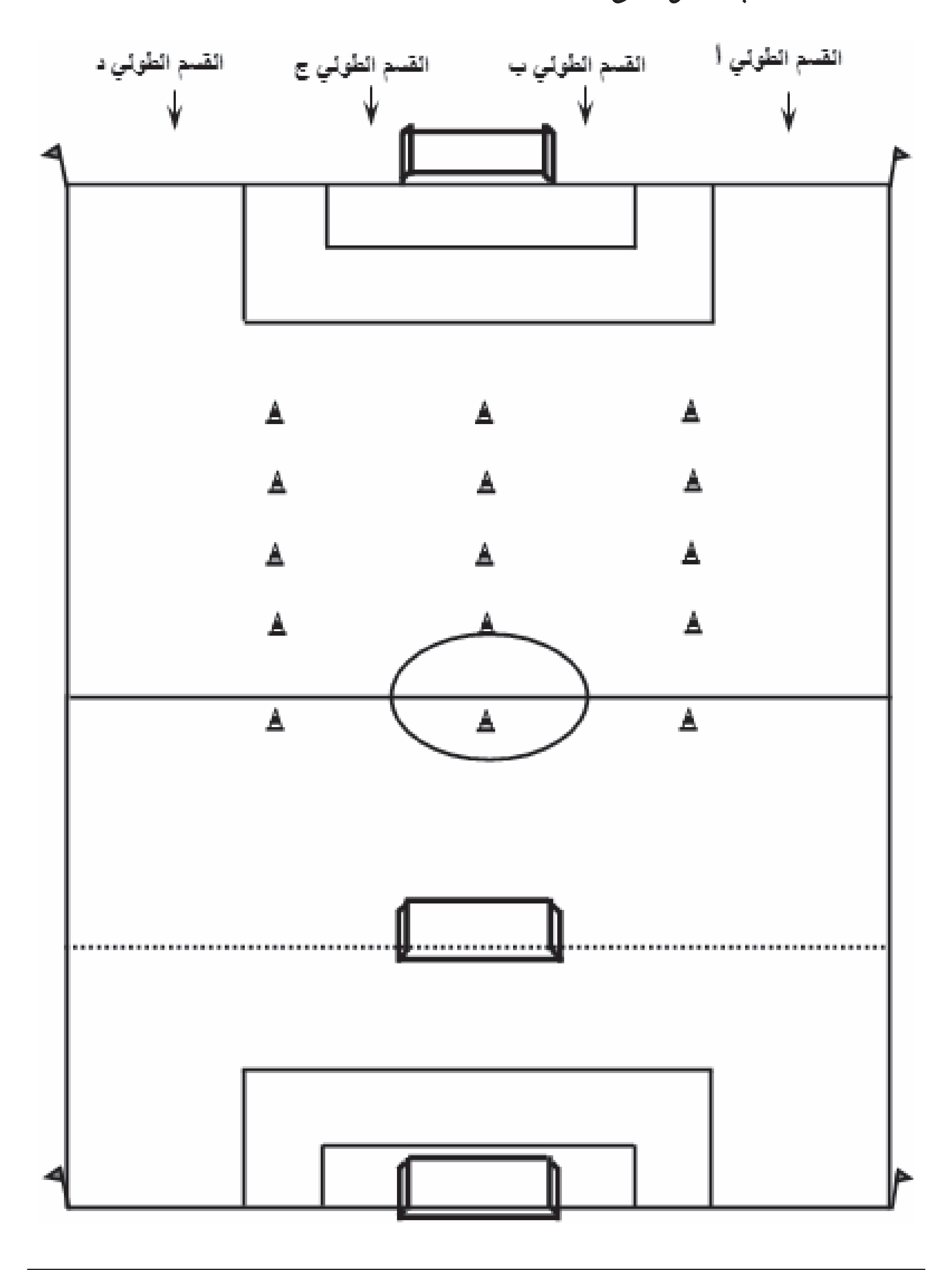
- نمط التقسيم الرباعى «لطريقة مفتى الطولية ربع الملعب»، وفيه يتم تقسيم عرض الملعب إلى ٤ أقسام طولية، كما بالشكل التالى فى أسفل.



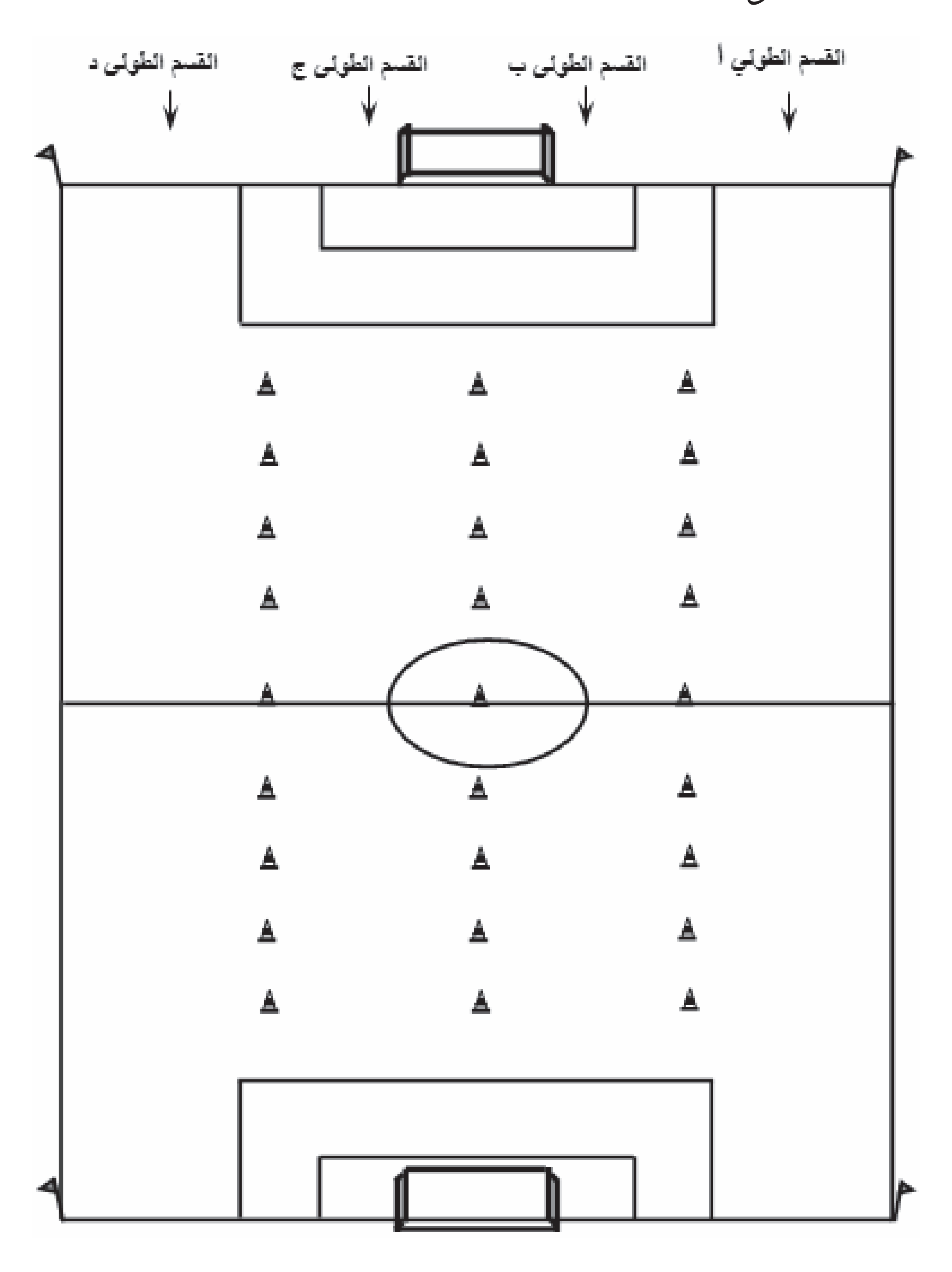
- نمط التقسيم الطولى الرباعى «لطريقة مفتى الطولية نصف الملعب»، كما بالشكل التالى.



- نمط التقسيم الطولى الرباعى «لطريقة مفتى الطولية ثلاثة أرباع الملعب»، كما بالشكل التالى.



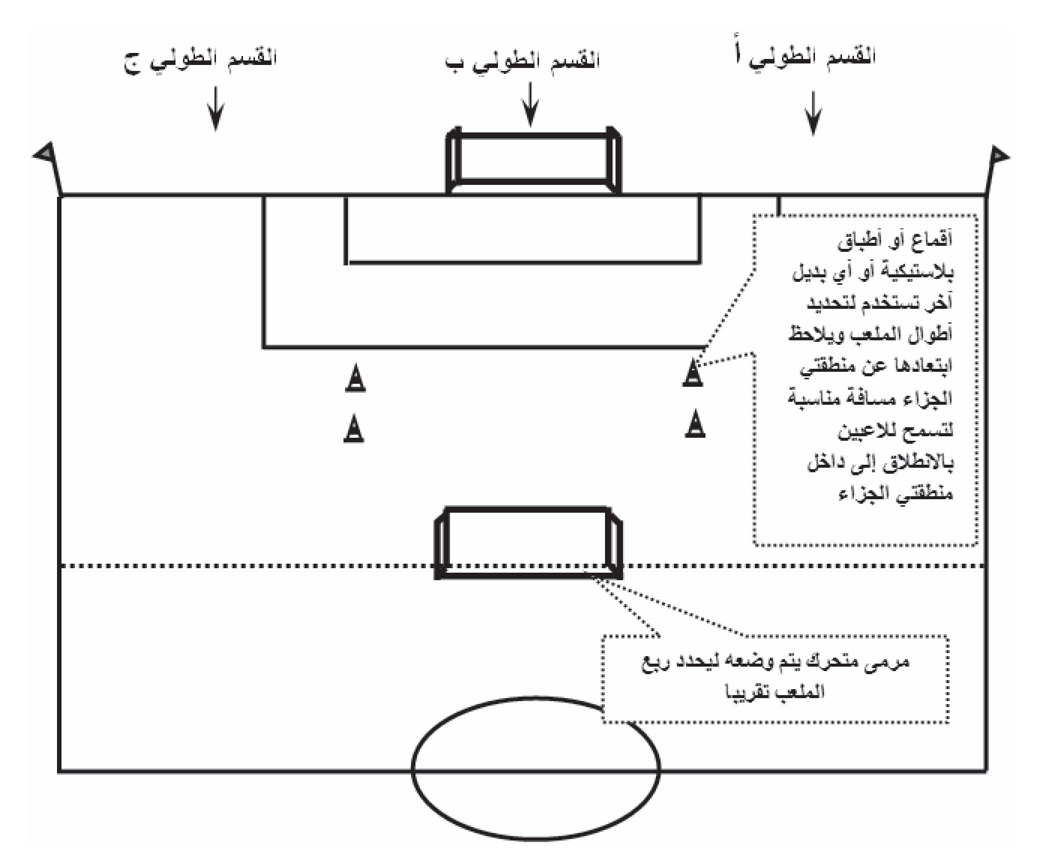
- نمط التقسيم الرباعى «لطريقة مفتى الطولية لملعب كامل»، كما بالشكل التالى.



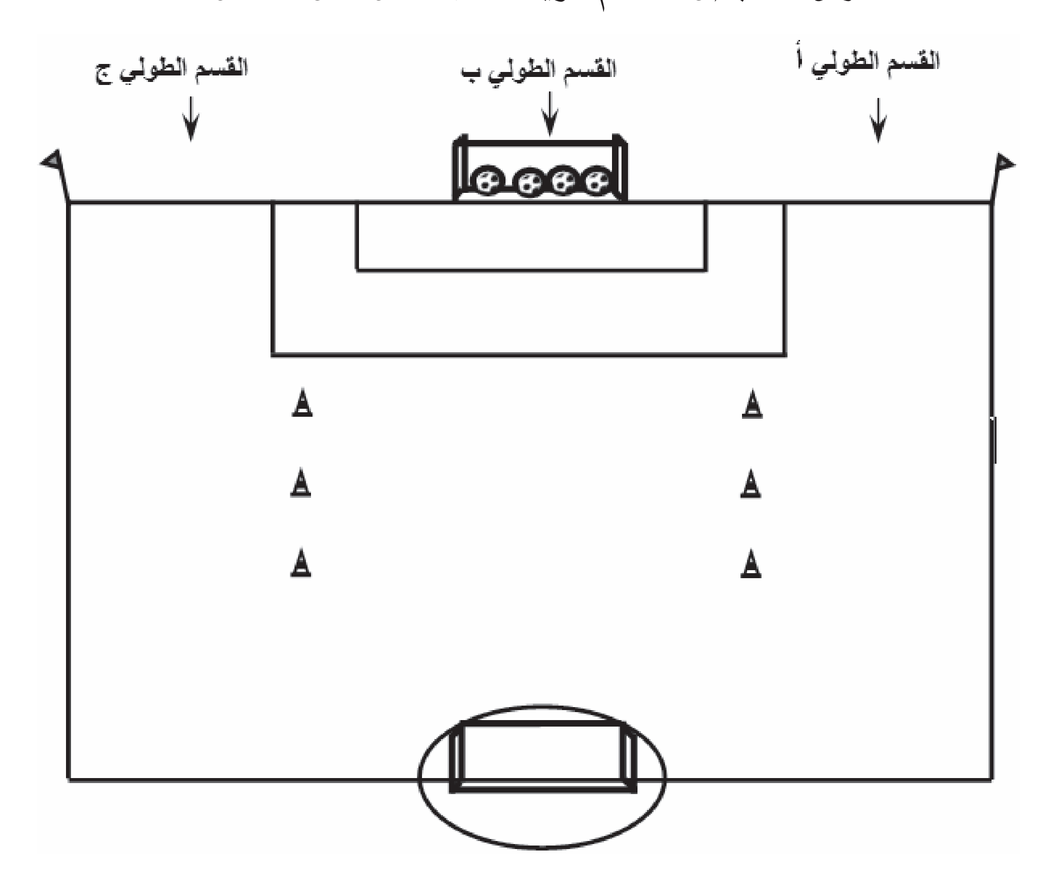
- نمط التقسيم الطولى الثلاثى:

يمكن للمدرب استخدام نمط التقسيم الثلاثى وذلك على النحو التالى:

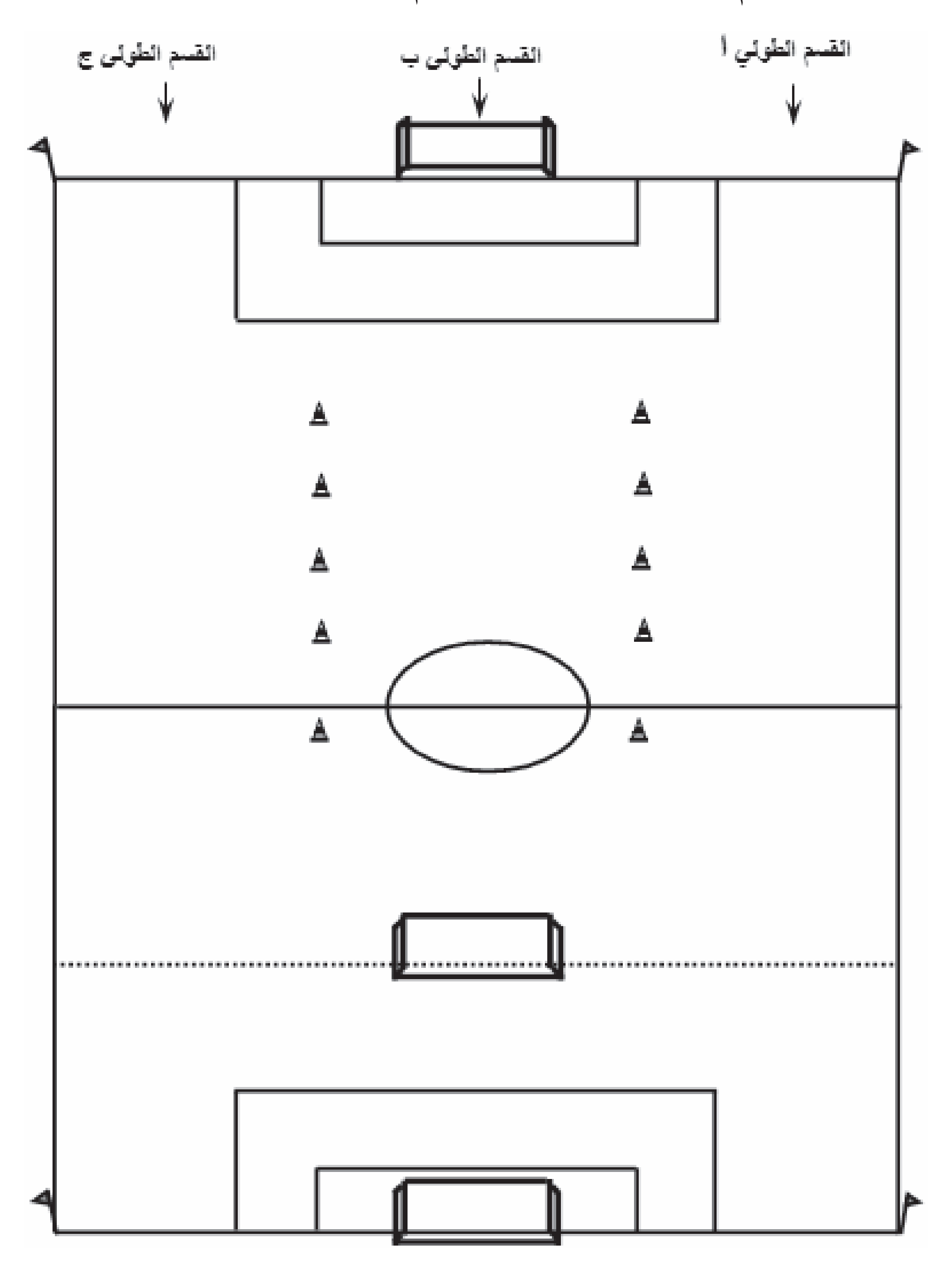
- نمط التقسيم الثلاثى «لطريقة مفتى الطولية لربع الملعب»، وفيه يتم تقسيم عرض الملعب إلى ٣ أقسام طولية، كما بالشكل التالى فى أسفل (لاحظ اختلاف اتساع عرض الأقسام الطولية وهو أمر حيوى فى وجود عروض عديدة تضيف متغيرات وخيارات عديدة تزيد من عدد التمرينات .



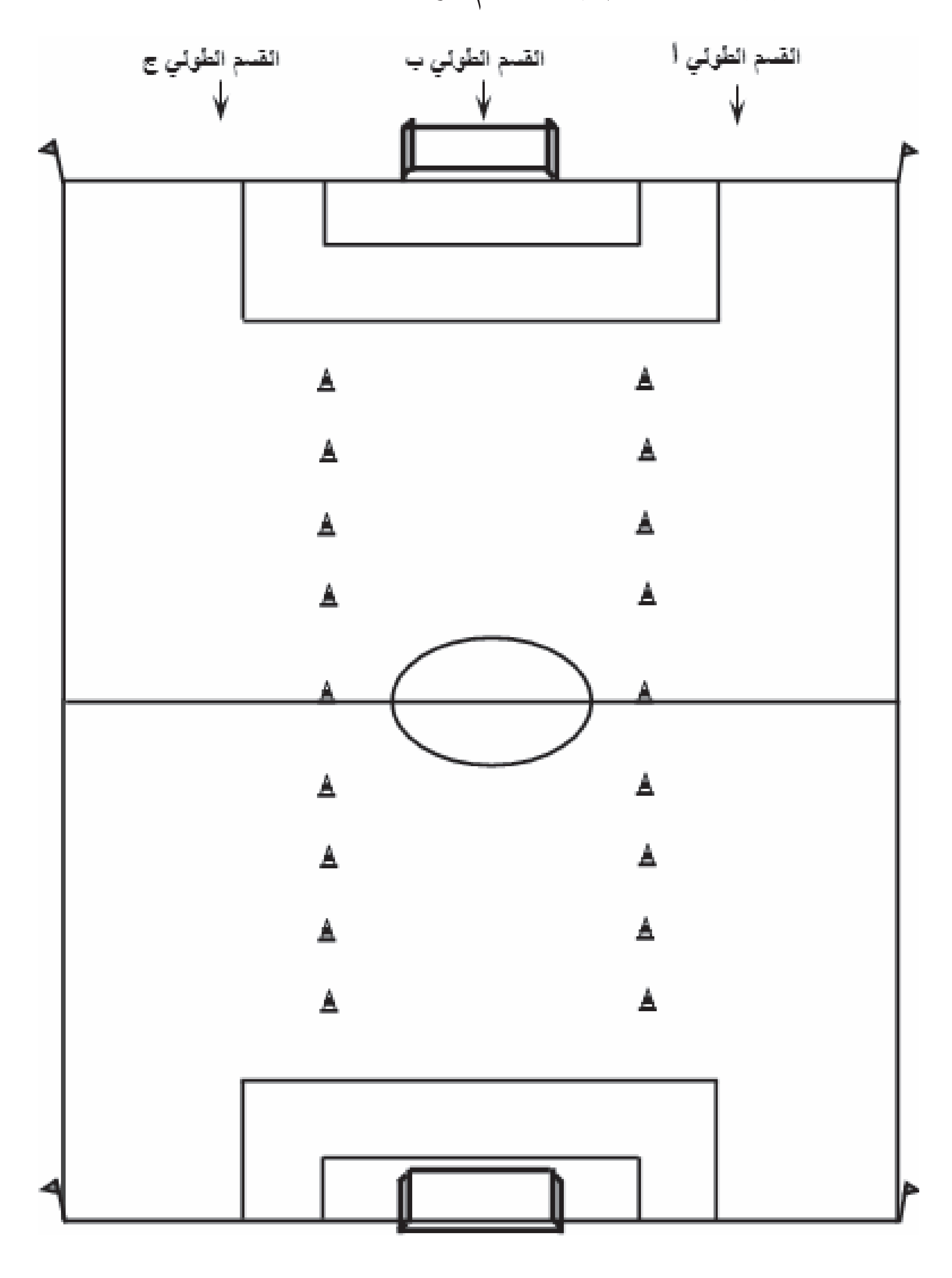
- نمط التقسيم الثلاثى «لطريقة مفتى الطولية لنصف الملعب»، وفيه يتم تقسيم عرض الملعب إلى ٣ أقسام طولية، كما بالشكل التالى فى أسفل.



- نمط التقسيم الثلاثى «لطريقة مفتى الطولية لثلاثة أرباع الملعب»، وفيه يتم تقسيم عرض طول الملعب إلى ٣ أقسام طولية، كما بالشكل التالى فى أسفل.



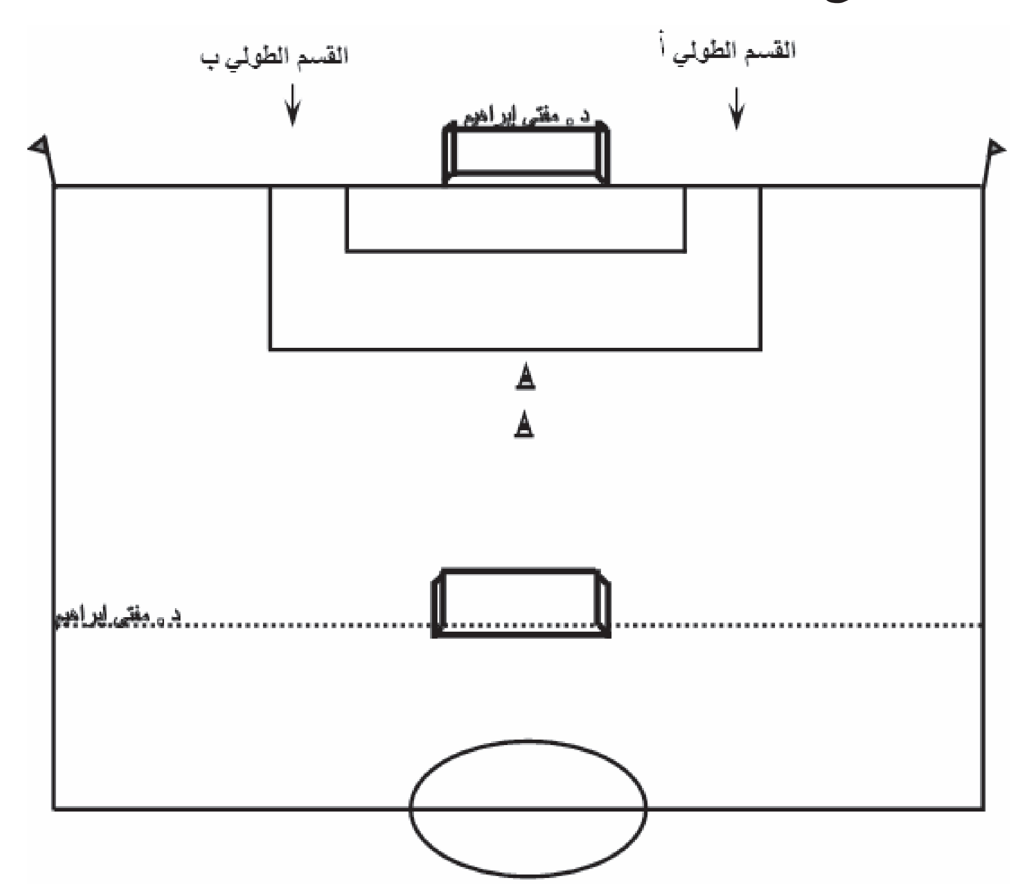
- نمط التقسيم الثلاثي «لطريقة مفتى الطولية للملعب الكامل»، وفيه يتم تقسيم عرض نصف الملعب إلى ٣ أقسام طولية، كما بالشكل التالي في أسفل.



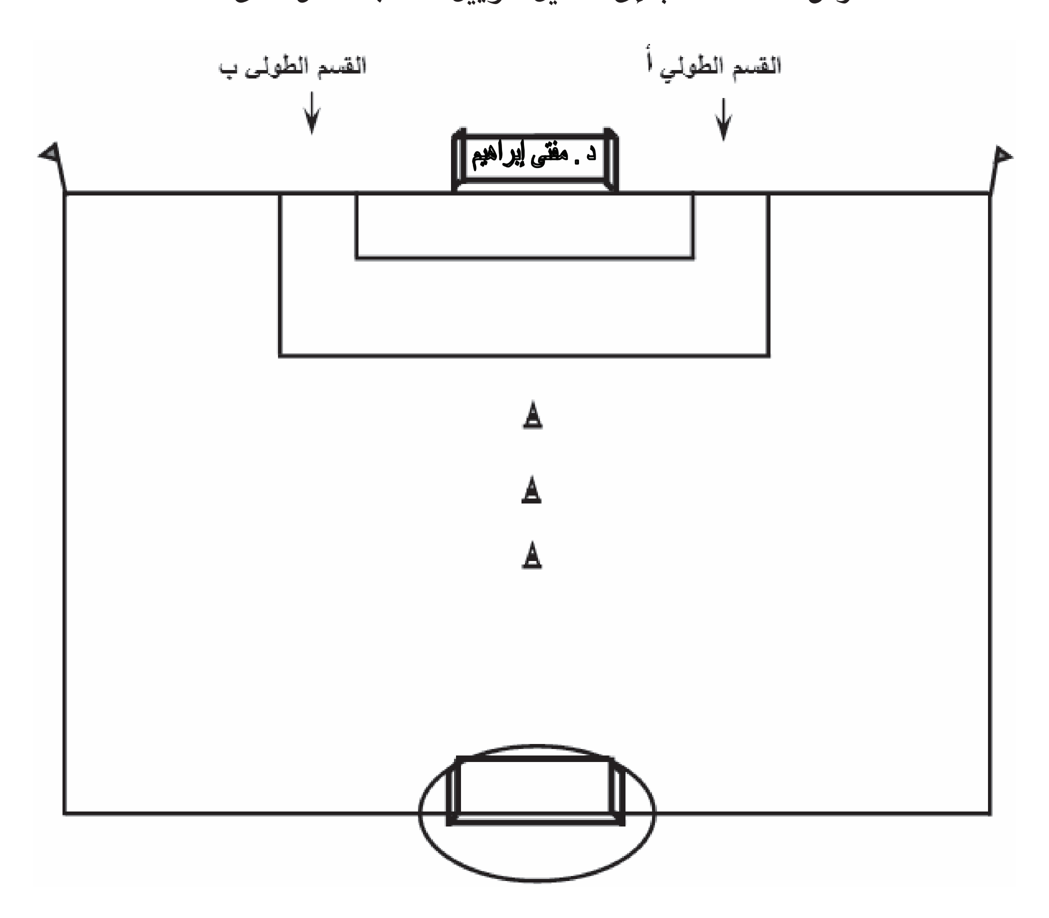
▪ نمط التقسيم الطولى الثنائى:

يمكن للمدرب استخدام نمط التقسيم الثلاثى وذلك على النحو التالى:

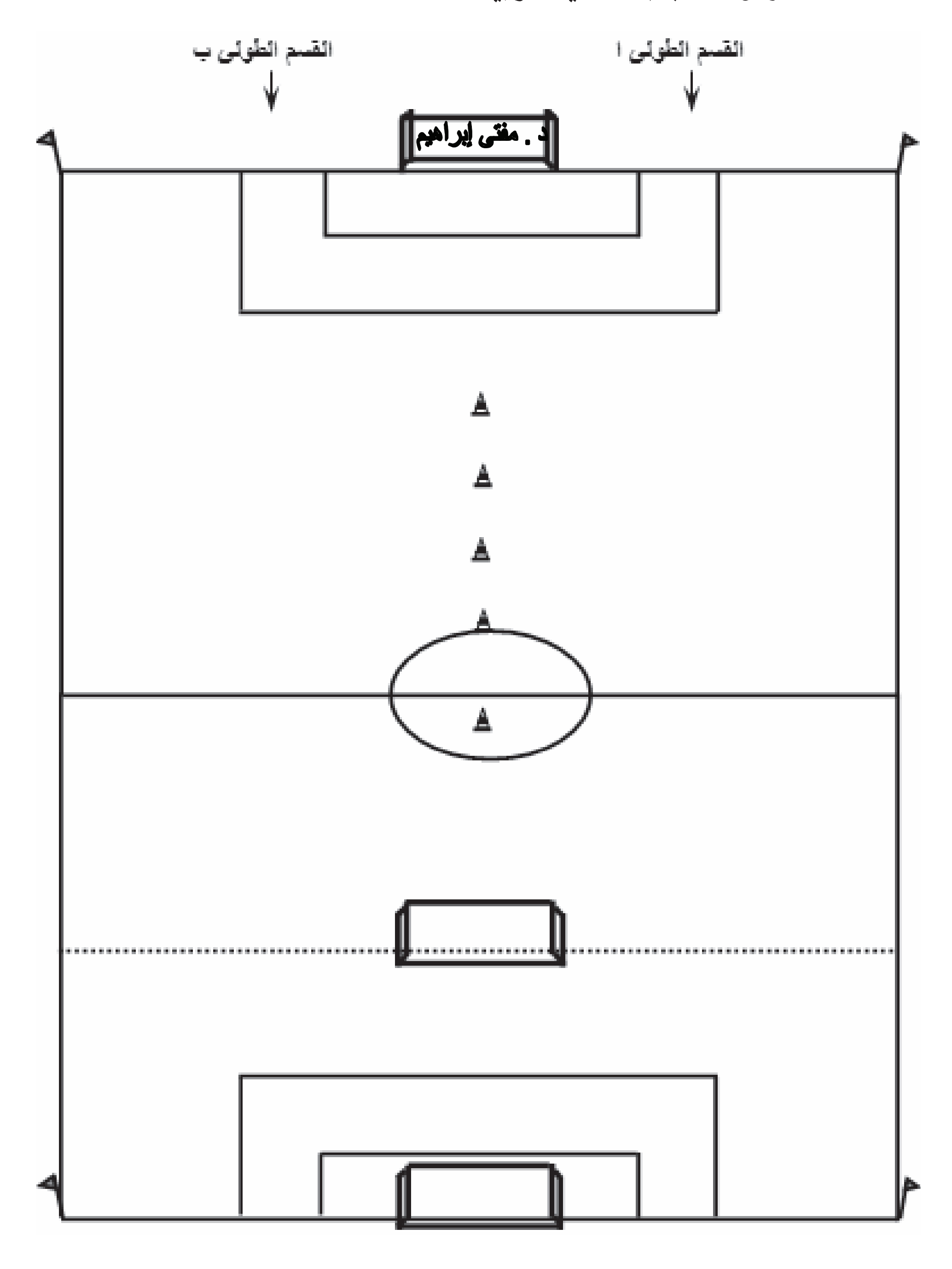
- نمط التقسيم الثنائى لطريقة مفتى الطولية بربع ملعب، وفيه يتم تقسيم عرض ربع الملعب إلى قسمين طوليين، كما بالشكل التالى فى أسفل.



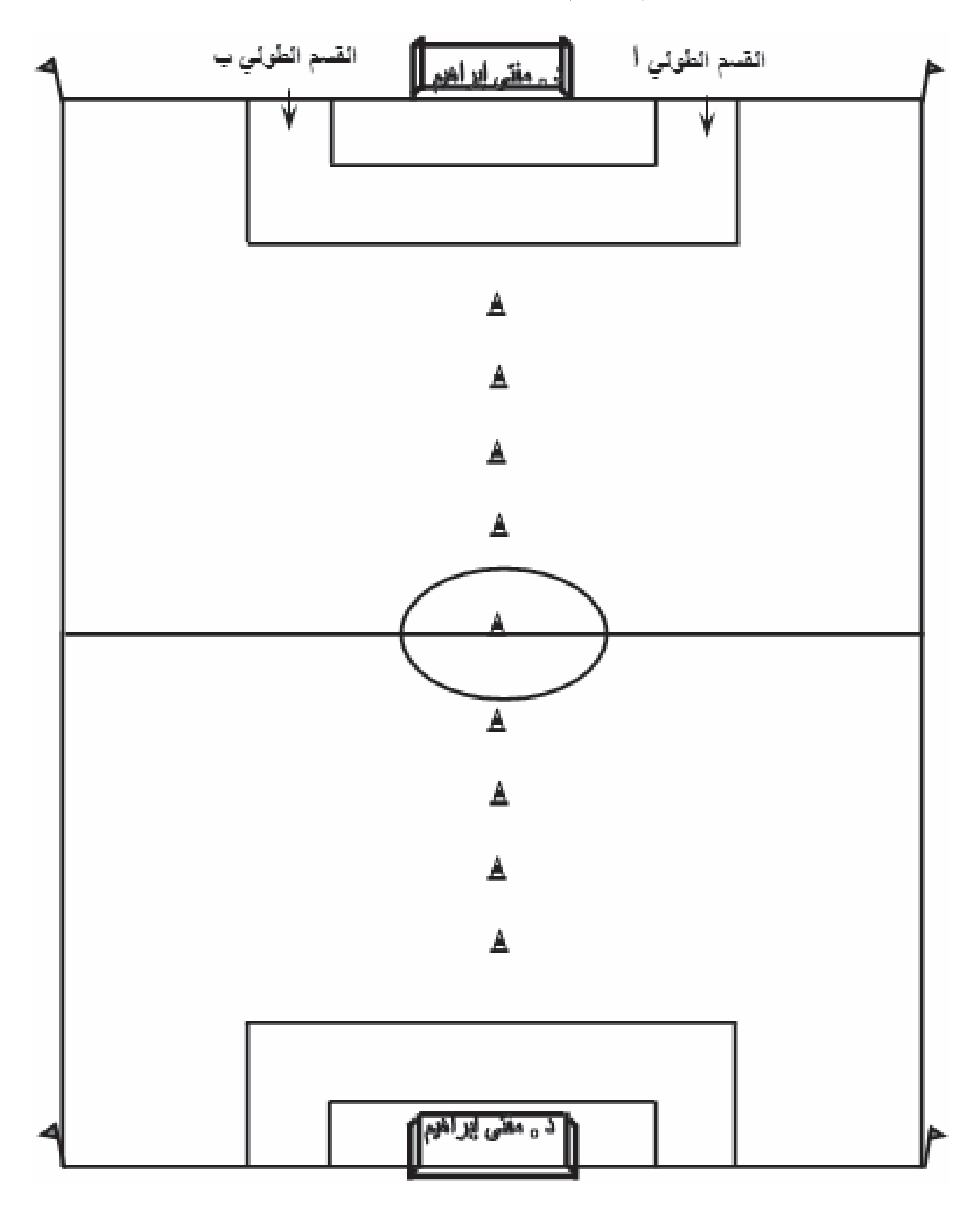
- نمط التقسيم الثنائى لطريقة مفتى الطولية بنصف ملعب، وفيه يتم تقسيم عرض نصف الملعب إلى قسمين طوليين، كما بالشكل التالى.



- نمط التقسيم الثنائى لطريقة مفتى الطولية بثلاث أرباع ملعب، وفيه يتم تقسيم عرض الملعب إلى قسمين طوليين، كما بالشكل التالى فى أسفل.



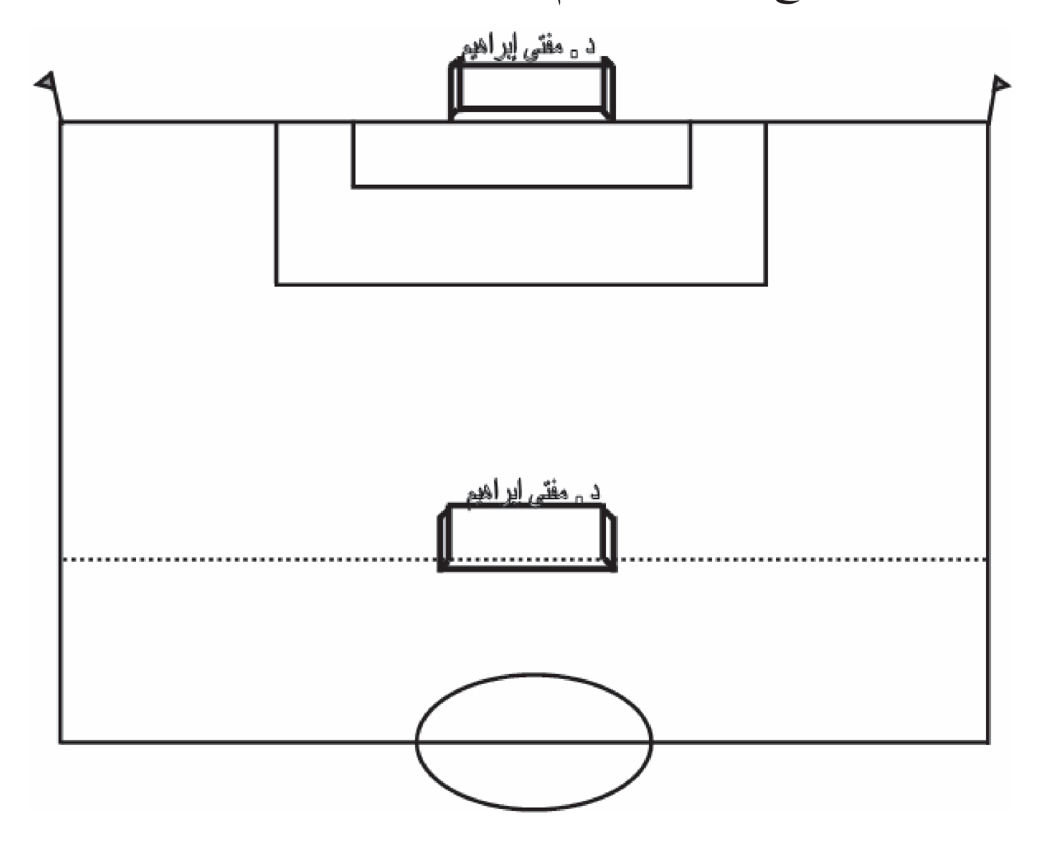
- نمط التقسيم الثنائى لطريقة مفتى الطولية بملعب كامل، وفيه يتم تقسيم عرض الملعب إلى قسمين طوليين، كما بالشكل التالى فى أسفل.



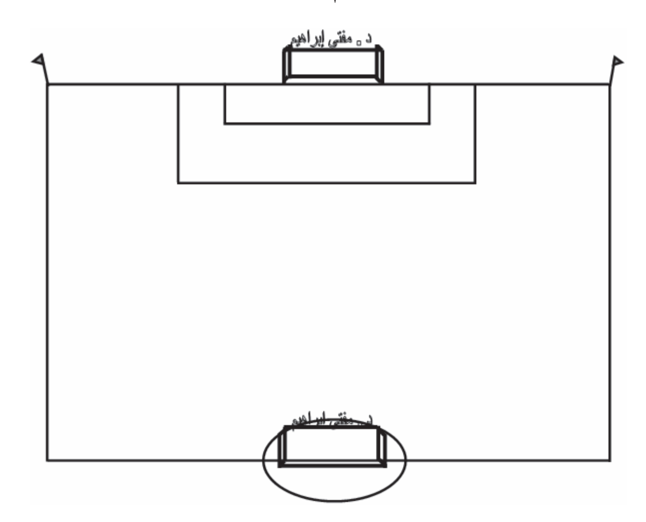
▪ نمط تمرينات طريقة مفتى الطولية بدون تقسيم لعرض الملعب:

يمكن للمدرب استخدام نمط تمرينات طريقة مفتى بدون تقسيم لعرض الملعب وذلك على النحو التالى:

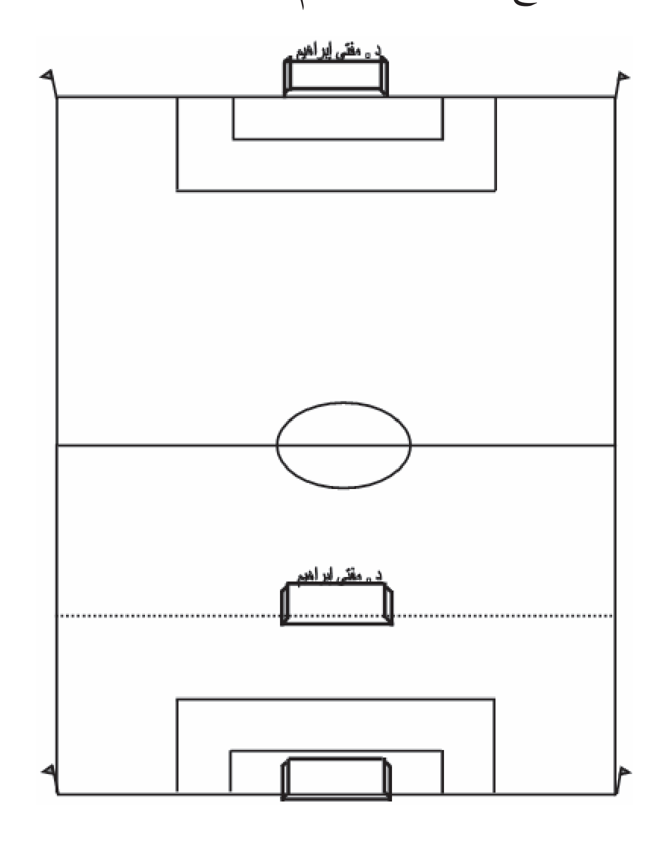
- نمط ربع ملعب بدون تقسيم عرض الملعب، كما بالشكل التالى فى أسفل.



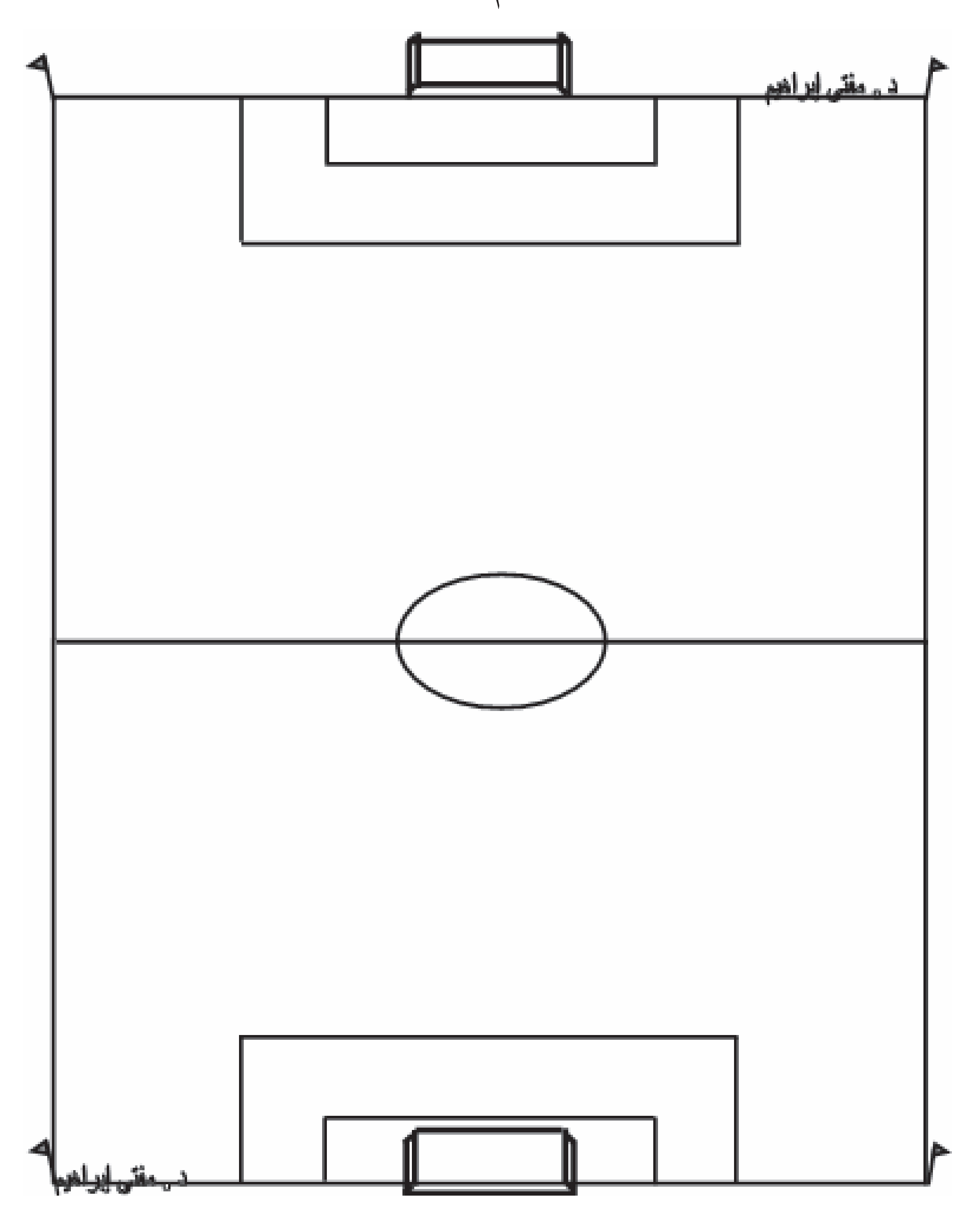
- نمط نصف الملعب بدون تقسيم عرض الملعب، كما بالشكل التالى فى أسفل.



- نمط ثلاث أرباع الملعب بدون تقسيم عرض الملعب، كما بالشكل التالى فى أسفل.



- نمط الملعب كامل بدون تقسيم عرض الملعب، كما بالشكل التالى فى أسفل.



الأساس رقم ٥

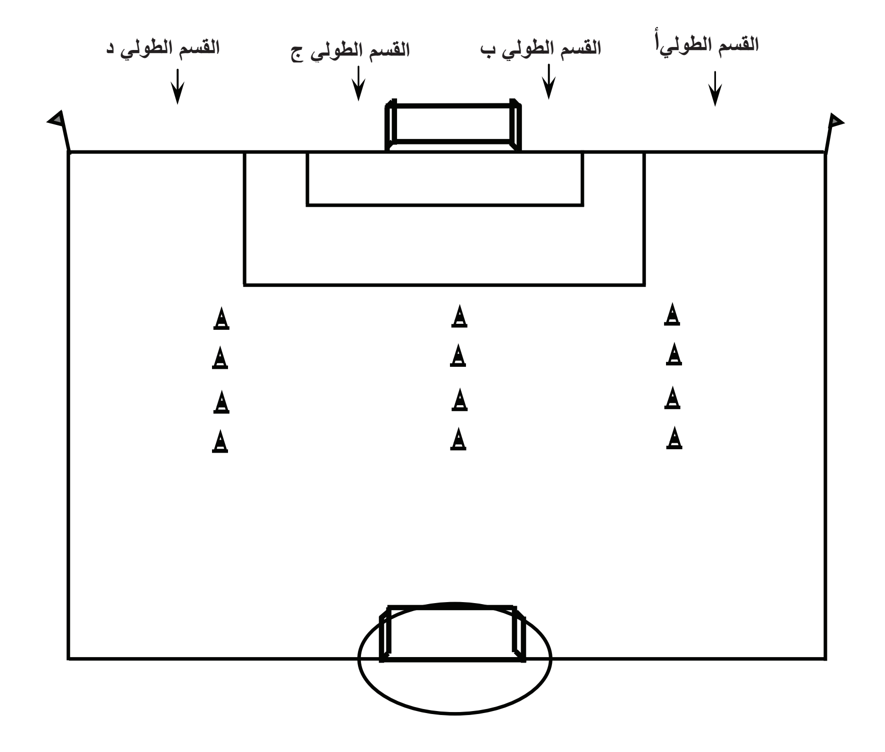
❑ يعتبر حارس مرمى المجموعة المدافعة هو الحد الأدنى لعدد اللاعبين المشاركين فى المجموعة المدافعة.

الأساس رقم ٦

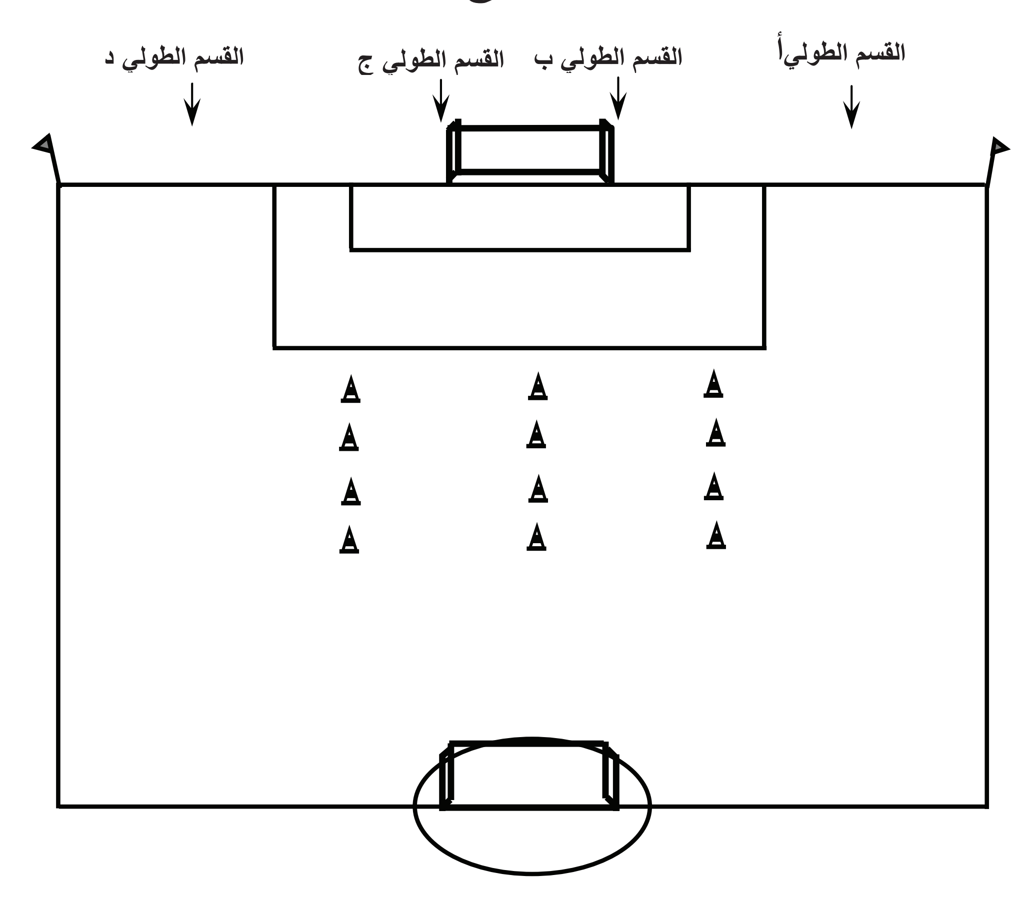
❑ ليس بالضرورة أن تكون الأقسام الطولية متساوية فى العرض، إذ يكون بالإمكان أن يتم التقسيم الطولى بعروض مختلفة.

❑ الشكل فى أسفل يوضح أحد النماذج لأقسام طولية متنوعة فى عرضها فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى أربعة أقسام يمكن استخدامها فى تخطيط وتنفيذ كم هائل من التمرينات المتنوعة الأهداف.

❑ يلاحظ كبر عرض القسمين ب، فى ذات الوقت يلاحظ صغر عرض القسمين أ، ج.



❐ الشكل فى أسفل يوضح أحد نماذج من أقسام طولية متنوعة فى عرضها فى نصف ملعب مقسم طوليا إلى أربعة أقسام، و يلاحظ كبر عرض القسمين أ، د، فى ذات الوقت يلاحظ صغر عرض القسمين ب، ج.



❐ و يلاحظ فى الأمثلة السابقة استخدام مساحة نصف ملعب فى حين ينطبق استخدام عروض مختلفة على كل من مساحتى ثلاثة أرباع الملعب والملعب كاملا.

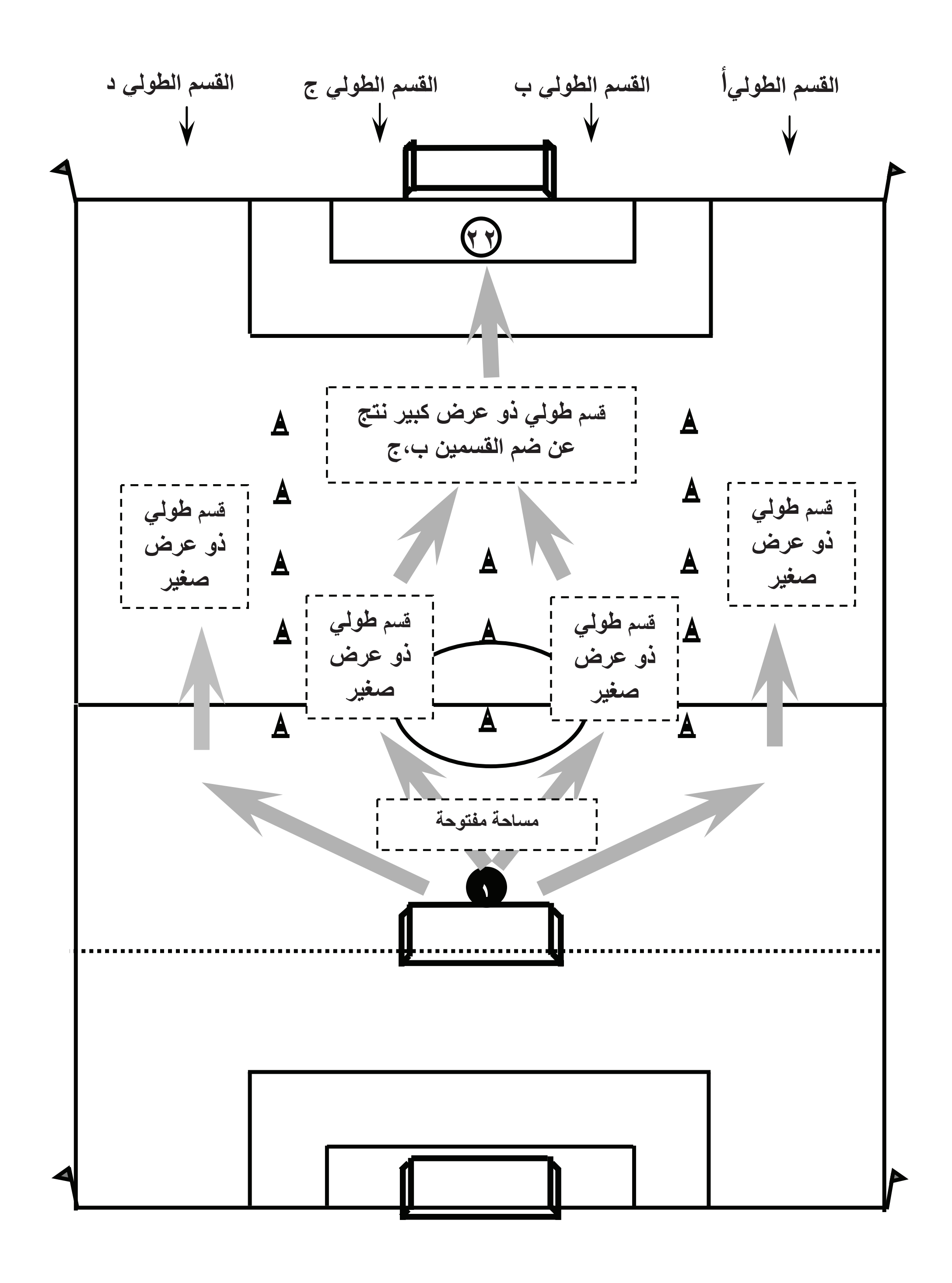
❐ و يلاحظ كذلك أن المجال مفتوح أمام كل مدرب كى يستخدم عرض الملعب الذى يناسب تمريناته.

الأساس رقم ٧

- التنويع فى عروض الأقسام الطولية المستخدمة فى تنفيذ التمرين الواحد، حيث يمكن خلال تنفيذ اللاعبين لتمرين واحد استخدام عروض متنوعة للأطوال وذلك من خلال تلاعب المدرب فى عرض كل طول من الأطوال التى يؤدى من خلالها التمرين.

- وانطلاقا من الأساس ٧ يكون بإمكان المدرب تحديد مسارات متنوعة فى عروض الأقسام الطولية التى يجب أن يسلكها المهاجمين كمسارات إجبارية خلال اتجاههم إلى مرمى الحارس المدافع المنافس بعد تلقيهم الكرة من حارس مرماهم .

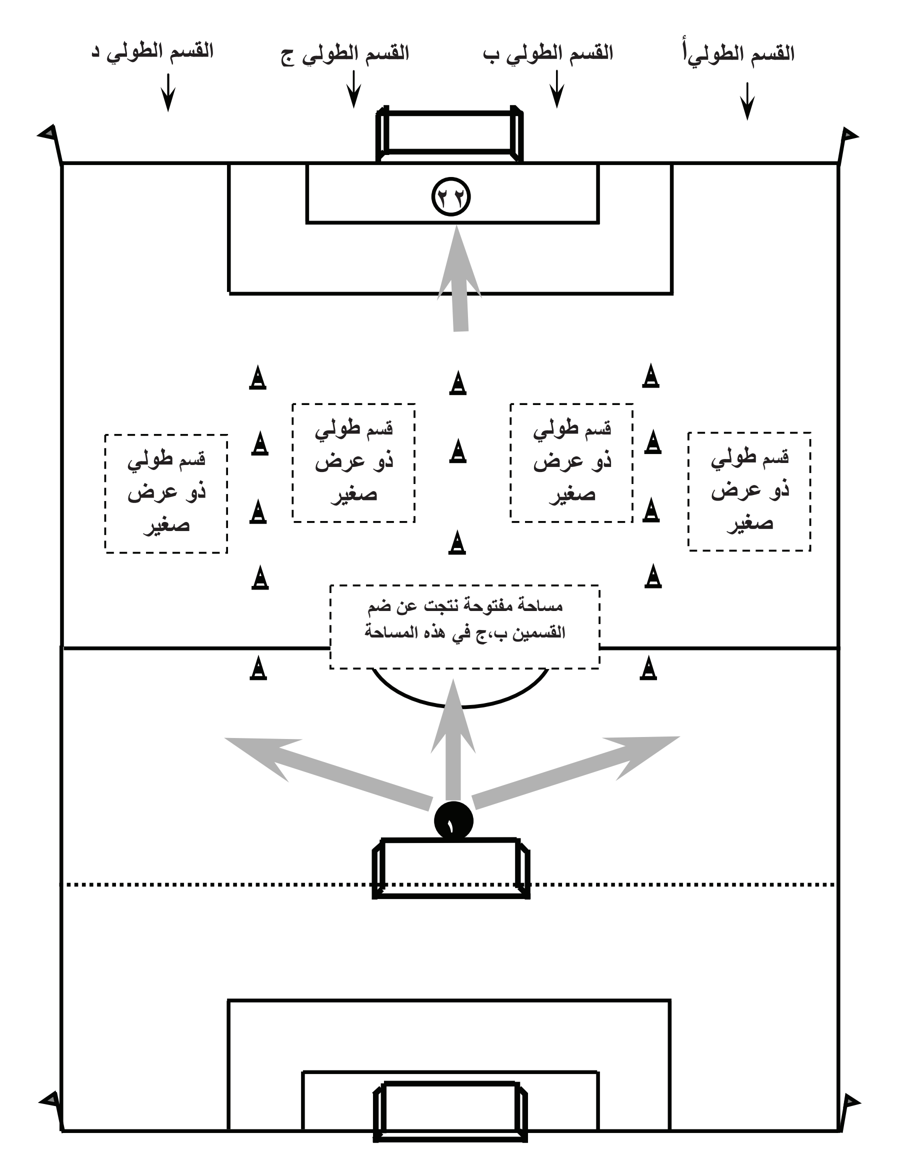
- انطلاقا من الأساس رقم ٧ يلاحظ بالشكل التالى استخدام ثلاثة أرباع ملعب مختلف فى عروض الأقسام الطولية بالتمرينات، فبفرض أن الهجمة فى أحد التمرينات قد بدأت من خلال أقسام طولية صغيرة فى عرضها، إلا أنه عند تقدم مجموعة المهاجمين بالكرة فى اتجاه مرمى الحارس المدافع خلال استمرار التمرين، سوف نجد أن الأقماع قد أزيلت بين القسمين ب،ج، وبذلك تصبح المساحة المتاحة لإنهاء الهجمة من جانب المهاجمين قد كبرت فى عرضها، حيث شمل هذا الكبر عرض تلك المساحة بكل من القسم ب، والقسم ج معا.


القسم الطولي أ
القسم الطولي ب
القسم الطولي ج
القسم الطولي د
٢٢
قسم طولي ذو عرض كبير نتج
عن ضم القسمين ب،ج
قسم طولي
ذو عرض
صغير
قسم طولي
ذو عرض
صغير
قسم طولي
ذو عرض
صغير
قسم طولي
ذو عرض
صغير
مساحة مفتوحة
١

- إن من شأن استخدام متغير التنويع فى عروض الأقسام الطولية المستخدمة فى تنفيذ التمرين الواحد أن تتاح للمهاجمين حرية تحركات أكبر من خلال كبر المساحة المتاحة، الأمر الذى يمكنهم بالتالى من تنفيذ قواعد خططية وخطط هجومية فى مساحة عرضية أكبر، الأمر الذى يتيح فرص نجاح لتحقيق أهداف التمرين هجوميا، وفى ذات الوقت تصبح مهمة اللاعبين المدافعين أصعب.

- إن استخدام أساس التنويع فى عروض الأقسام الطولية المستخدمة فى تنفيذ التمرين الواحد بطريقة مفتى الطولية سوف تمكن المدربين من التلاعب بعرض الأقسام الطولية، الأمر الذى يمكن من تنفيذ تمرينات ذات استراتيجيات متنوعة يتم من خلالها بناء وتثبيت برامج ذهنية خططية متنوعة تسهم فى رفع مستوى اللاعبين إلى مستويات عالية.

- وإذا ما كان المثال السابق للأساس رقم ٧ قد بدء فيه المهاجمين بالأداء فى أقسام طولية صغيرة العرض، ثم الانتقال إلى أقسام طولية أكبر فى عرضها، فإن هذا الأساس يمكن أن يستخدم بطريقة عكسية، كأن يبدأ المهاجمون هجومهم فى أقسام طولية ذات عرض كبير، ثم يطورون الهجوم وينهونه من خلال أقسام طولية ذات عرض صغير كما هو موضح بالشكل التالى.



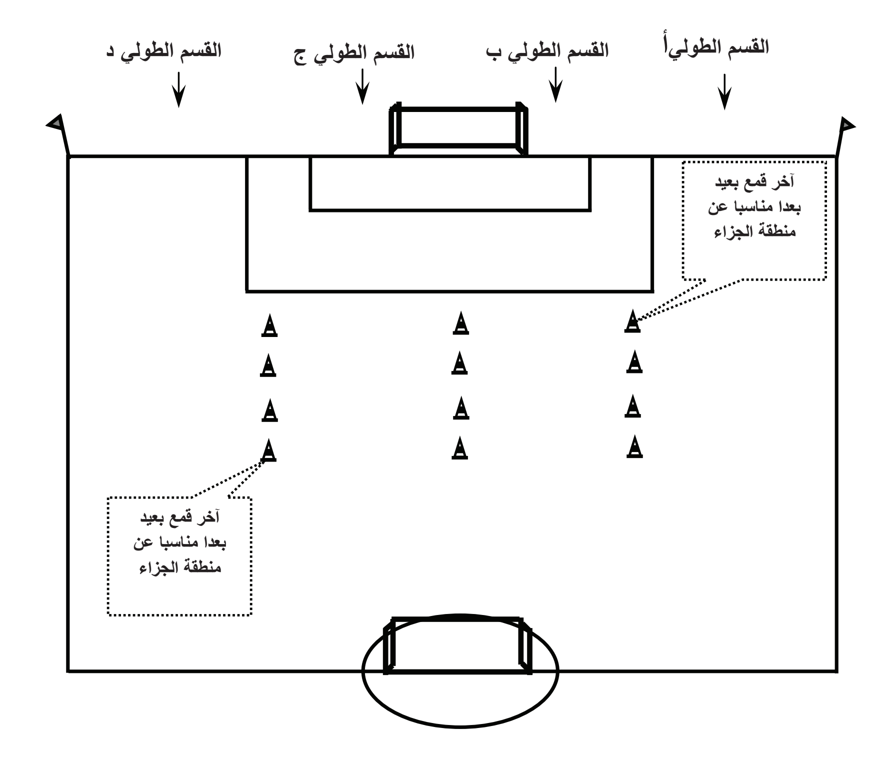
❐ إن التمرينات من النوع السابق عرضها تستخدم فى الغالب عند رغبة المدرب تصميم وتنفيذ تمرينات هجومية تطور دقة تنفيذ المهارات والقواعد الخططية والخطط ذات المستوى المتطور هجوميا، وأيضا ذات المستوى المتطور دفاعيا. فالمدرب يستطيع أن يستخدمها لتخطيط وتنفيذ تمرينات أصعب على كل من المهاجمين أو أصعب على المدافعين والأمر يتوقف على عروض المساحات المستخدمة.

❑ بإمكان المدرب القارئ أن يستنبط أنواع متعددة من العروض المختلفة للأقسام الطولية، وبالتالى يمكنه تصميم وتنفيذ المئات من التمرينات انطلاقا من استخدام هذا المتغير، وإذا ما وضع باقى المتغيرات فى الحسبان بأنه سوف يكون بإمكانه استنباط الألوف من التمرينات الهجومية والدفاعية.

الأساس رقم ٨

❑ من الأهمية مراعاة تنظيم الأدوات المستخدمة فى التقسيم الطولى للأقسام (الأقماع أو الأطباق أو الأعمدة البلاستيكية أو أى بديل آخر مناسب) إذ يجب تنظمها بحيث تكون الأطباق الأخيرة بعيدة عن منطقتى الجزاء المستخدمتين بمسافة تمكن اللاعبين الذين يقتربون من الأقسام الجانبية من الدخول مباشرة إلى منطقة الجزاء، حتى يتجه اللاعبين إلى المرمى مباشرة من الجانبين لإنهاء الهجمة.

❑ يمكن ملاحظة الأساس السابق فى الشكل التالى.



❑ إن أساس تنظيم الأطباق أو الأقماع البلاستيكية ينطبق على كافة المساحات المستخدمة فى تنفيذ تمرينات طريقة مفتى الطولية سواء أكانت صغيرة أم كبيرة، كما ينطبق على كافة أنواع تقسيمات الملعب الطولية سواء التقسيم الرباعى للأطوال أم التقسيم الثلاثى أم التقسيم الثنائى.

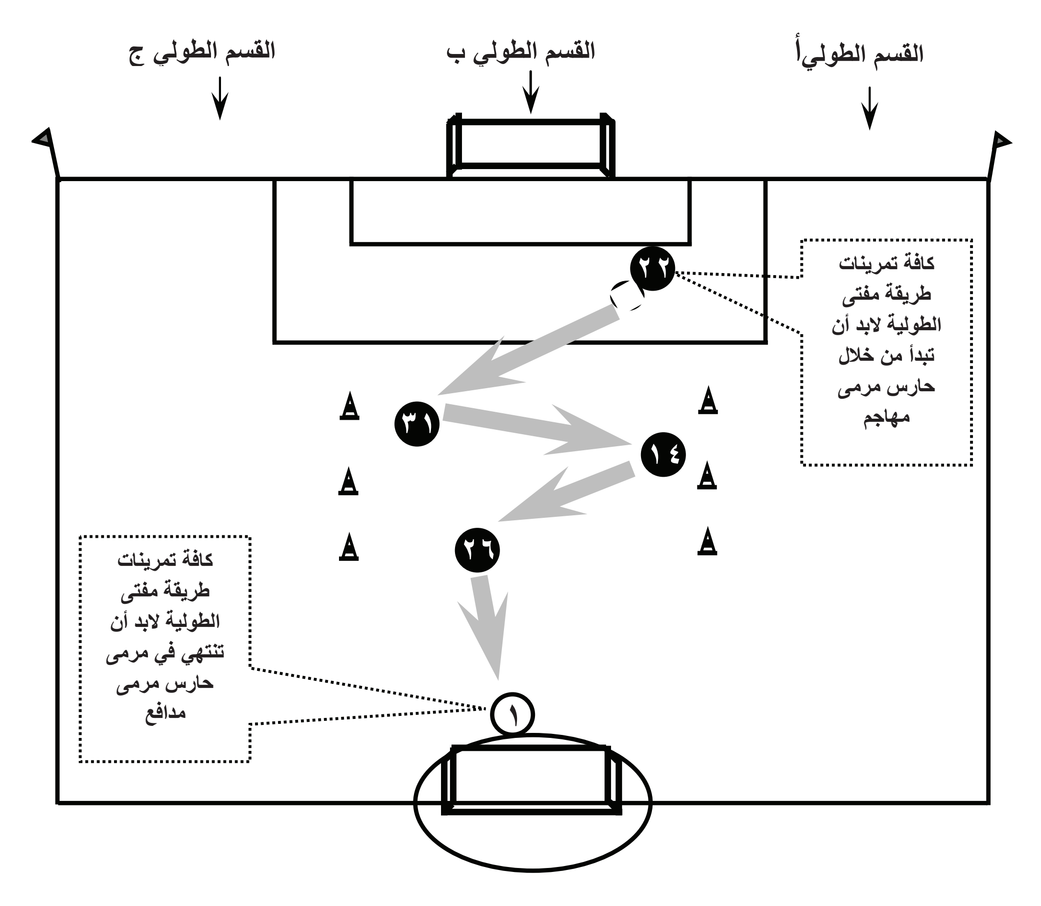
الأساس رقم ٩

❑ كافة تمرينات طريقة مفتى الطولية والتى تخطى عددها حتى تاريخه ٨٠٠٠٠٠ تمرين «ثمانمائة ألف تمرين» تتميز بوجود مرميين أحدهما مرمى اللاعب أو المجموعة المهاجمة، ومرمى آخر يحرسه حارس مدافع للمجموعة المدافعة.

❑ إن هذا الأساس أحد العناصر التى تميز تمرينات طريقة مفتى الطولية عن باقى التمرينات الأخرى كتمرينات المربعات أو المساحات المحددة، أو تمرينات المرمى الواحد.

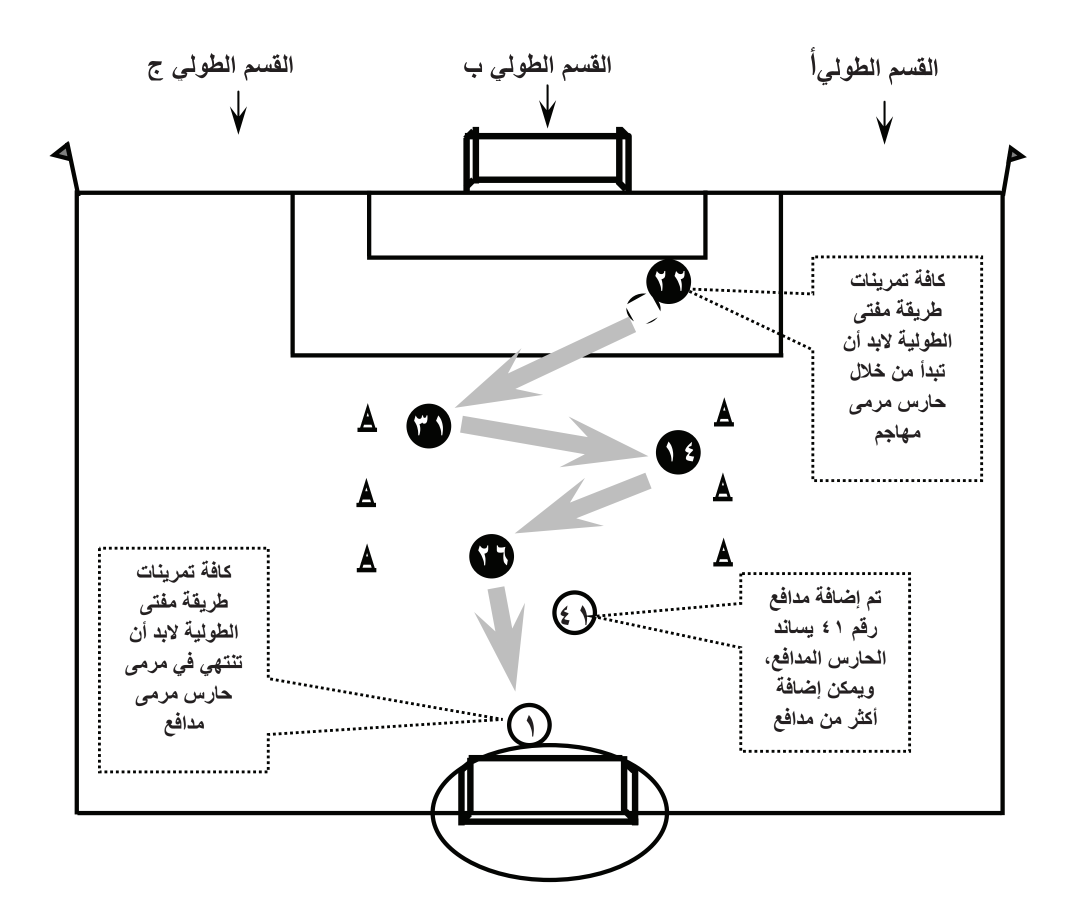
الأساس رقم ١٠

❑ إذا ما تم تصميم وتنفيذ تمرينات بطريقة مفتى الطولية تهدف إلى تطوير شق هجومى، فإنه من الضرورى مراعاة أن يشارك فى التمرين حارس مرمى مهاجم إضافة لعدد من المهاجمين قد لا يكون أمامهم مدافعين فى المراحل الأولى من التمرين، لكن يشترط أن يكون هناك حارس مرمى مدافع فى كل تمرين من تمرينات الطريقة، كما هو موضح بالشكل التالى.



❑ إن بدء التمرين فى طريقة مفتى الطولية بحارس مهاجم + مهاجم أو أكثر ضد × حارس مدافع فقط، إنما من شأنه تسهيل تنفيذ التمرين وتحقيق نجاحات للمهاجمين من خلال تنفيذ النقاط الفنية المطلوبة فى ظروف سهلة مبسطة فى البداية، وإحراز هدف من خلال ذلك، ثم بعد ذلك سوف يكون تطوير التمرين من خلال إضافة مدافع ثم أكثر من مدافع وهكذا.

❑ بطبيعة الحال يمكن أن يضاف مدافع أو أكثر ثم يزداد عدد المدافعين تدريجيا من خلال إضافة، أو تعديل المتغيرات التى يكون من شأنها تصعيب مهمة المهاجمين وتسهيل مهمة المدافعين، حيث يتم زيادة عدد المدافعين عن عدد المهاجمين بالتدريج، ليصبح موقف المهاجمين أصعب تدريجيا، كما هو موضح بالشكل فى أسفل.



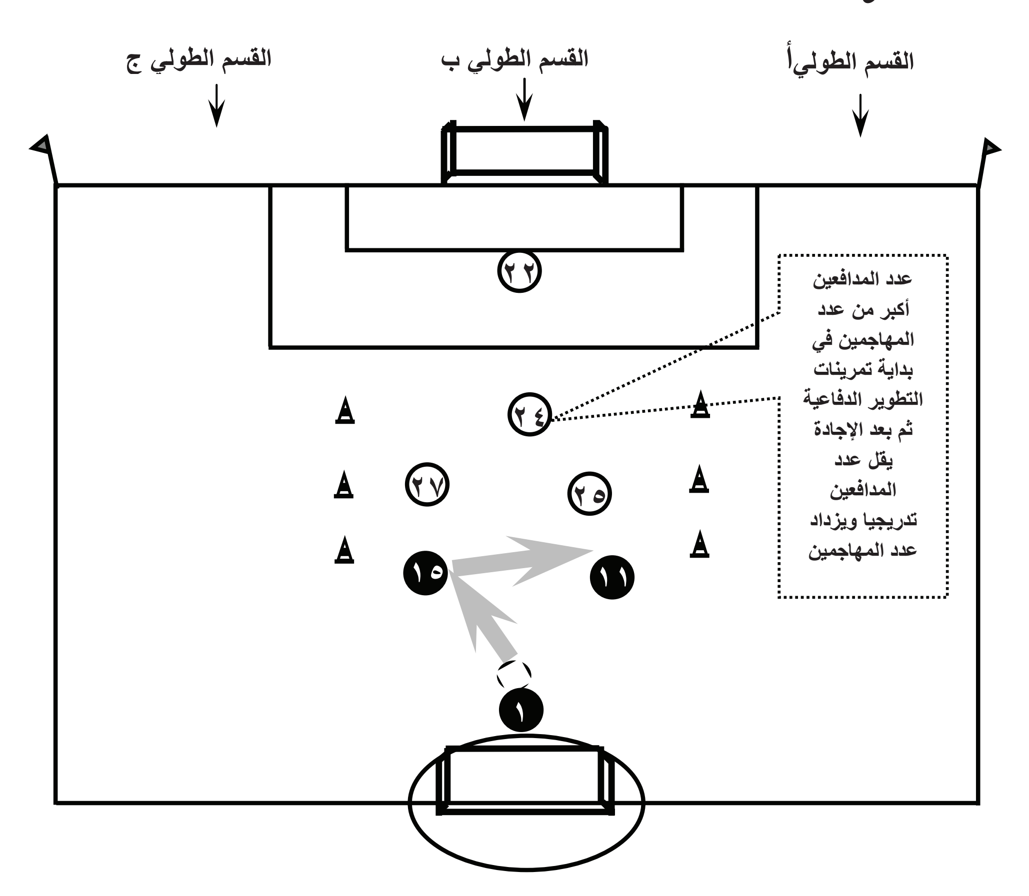
أساس رقم ١١

❑ فى حالة تنفيذ تمرينات تهدف لتطوير مهارات أو قواعد خططية دفاعية أو خطط دفاعية أو تطوير مجموعات لعب فى نظام لعب دفاعى فإنه يشارك فى التمرين حارس مرمى مهاجم إضافة لعدد من المهاجمين أقل من عدد المدافعين أى يكون فى هذه الحالة عدد المدافعين أكبر بهدف زيادة الفاعلية الدفاعية عن الهجومية.

❑ الشكل فى أسفل يوضح زيادة عدد المدافعين فى مقابل عدد المهاجمين فى بداية تطوير المهارات أو القواعد الخططية الدفاعية أو الخطط الدفاعية أو مجموعات اللعب الدفاعية فى نظم اللعب.

❐ يلى ما سبق زيادة عدد المهاجمين حتى يتساوى عدد المهاجمين عن المدافعين، ثم بعد ذلك يزداد عدد المهاجمين عن المدافعين ليصبح الموقف أصعب تدريجيا على المدافعين.

❐ بطبيعة الحال يمكن تنفيذ كافة التمرينات فى كافة الأقسام أ،ب،ج فى كافة المساحات المتاحة ربع ملعب أو نصف ملعب أو ثلاثة أرباع ملعب أو ملعب كامل.

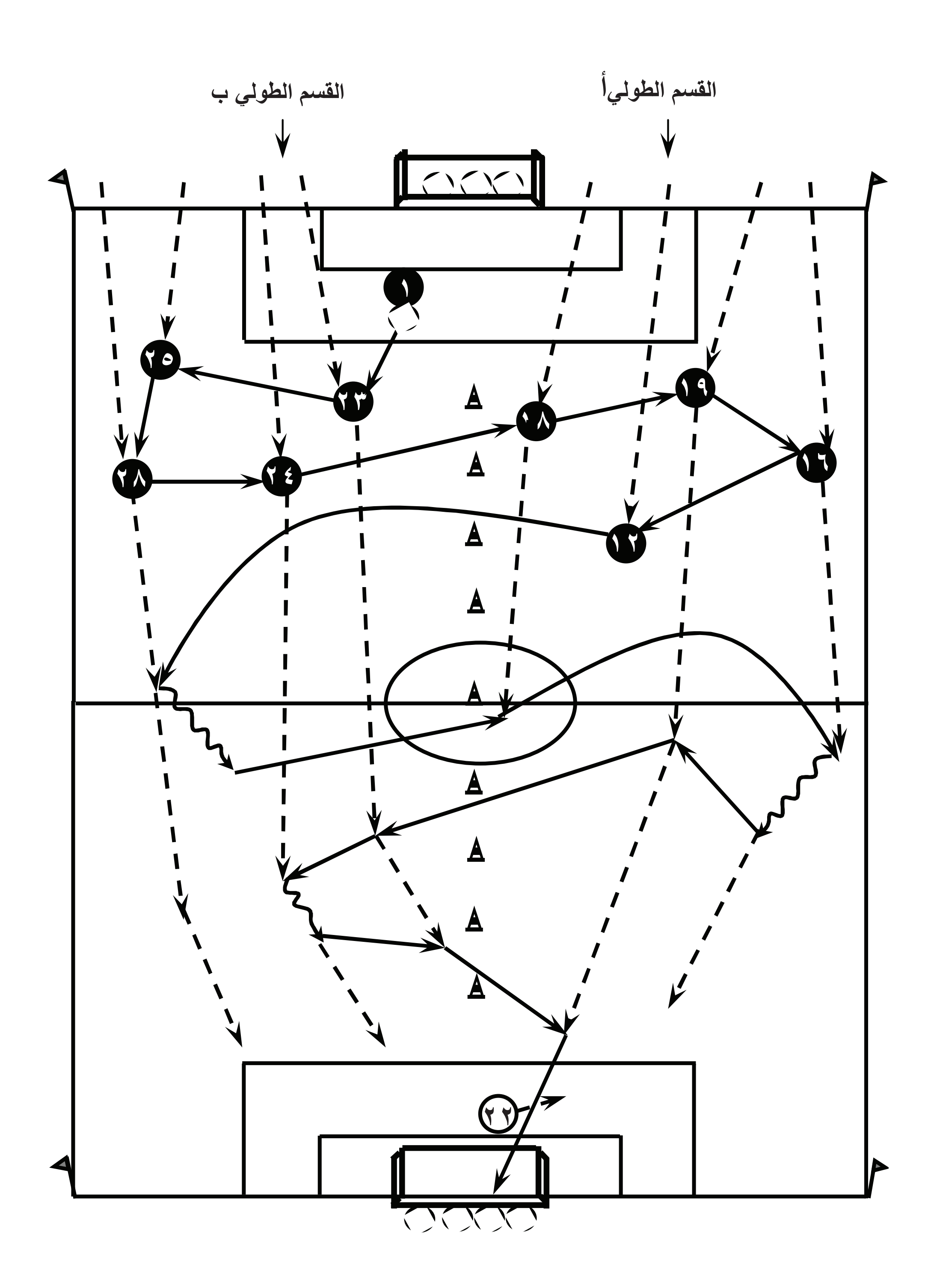


الأساس رقم ١٢

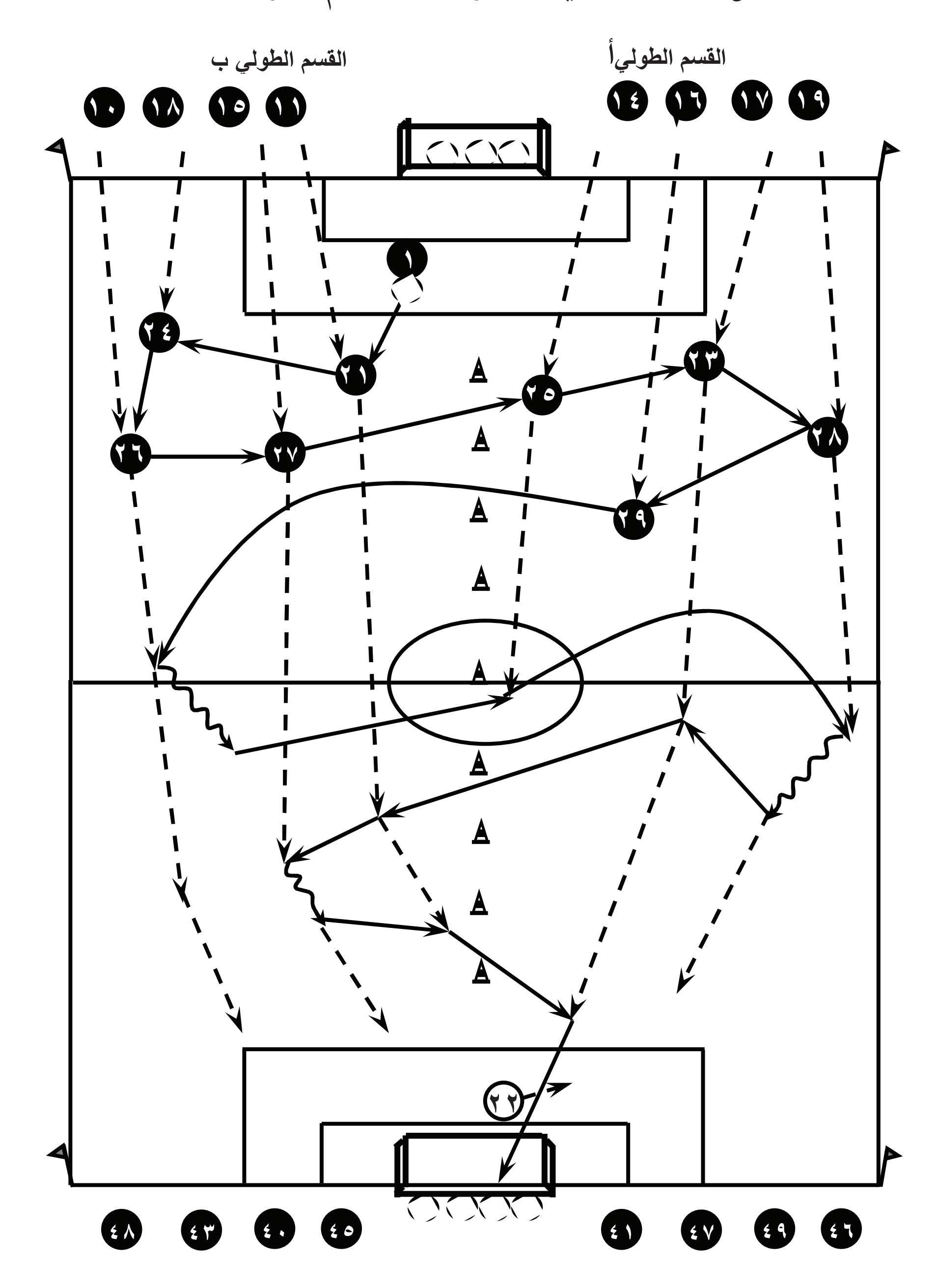
- يبدأ كل تمرين من تمرينات طريقة مفتى الطولية من حارس مرمى المجموعة المهاجمة، بحيث تتجه الهجمة إلى مرمى الحارس المدافع داخل القسم الطولى المحدد، على أن يؤدى اللاعب أو لاعبى المجموعة المهاجمة طبقا للنقاط الفنية المحددة للمهارات أو القواعد الخططية أو الخطط أو التحركات المحددة للمجموعة أو مجموعات اللعب فى نظام اللعب المستخدم.

- ففى الشكل التالى فى نموذج الملعب الكامل المقسم إلى قسمين طوليين حيث تؤدى مجموعتين هجوميتين كفريق واحد، تلتزم فيه كل مجموعة بالقسم الطولى المحدد لها، نجد أن الهجمة قد بدأت من الحارس ١ إلى زملائه فى اتجاه الحارس ٢٢ وبدأ اللاعبين فى كل مجموعة تنفيذ الواجب المحدد من خلال تنفيذ النقاط الفنية ويتم تبادل الكرة بين المجموعة بالقسم ب ولاعبى المجموعة بالقسم أ بعدها يتم إحراز هدف.

- وفى الشكل فى أسفل أيضا يلاحظ أنه بالإمكان إضافة مدافعين بالتدريج فى كل قسم من القسمين أ، ب طبقا لقدرات واستيعاب المهاجمين للمهارات أو القواعد أو الخطط المحددة لهم، ومدى ما يدخله المدرب من متغيرات فى تنفيذ التمرين.

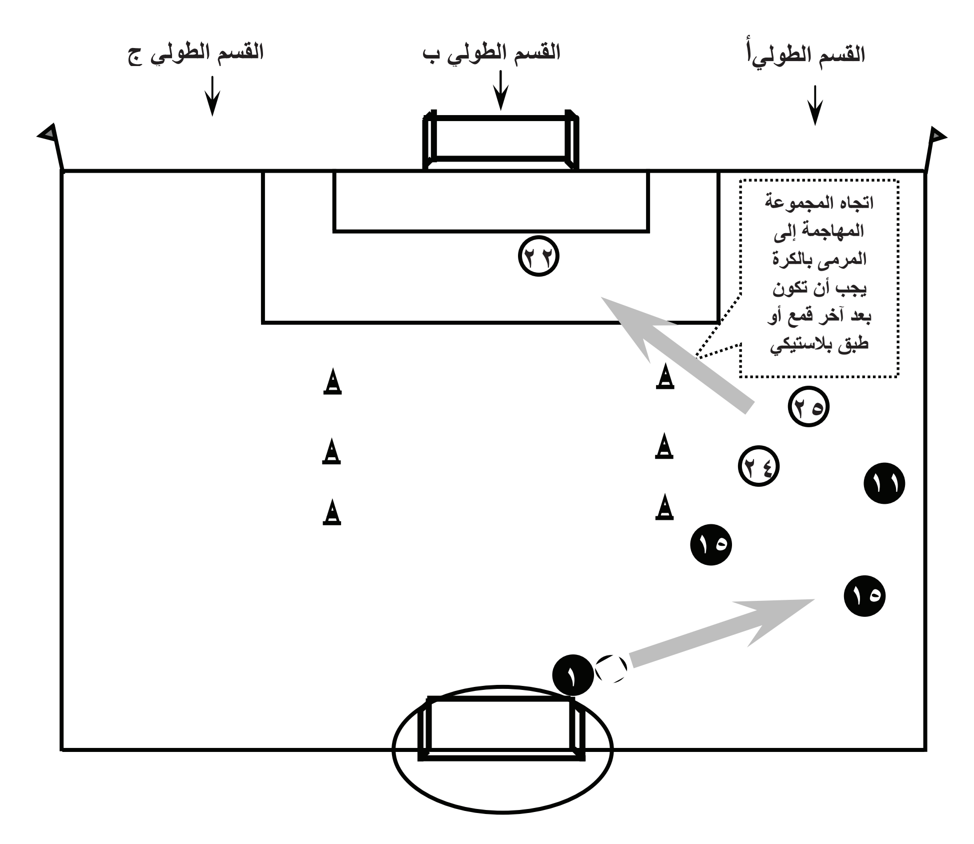

القسم الطولي ب
القسم الطولي أ
١
٢٥
٢٣
١٨
١٩
٢٨
٢٤
١٦
١٢
٢٢

❑ نموذج آخر نقدمه فى الشكل التالى للأساس السابق نفسه، لكن يلاحظ المجموعات المنتظرة خلف خطى نهايتى الملعب انتظارا لأدورها فى تنفيذ التمرين، كما يلاحظ كذلك أماكن انطلاق اللاعبين للدخول إلى الأقسام الطولية.



الأساس رقم ١٣

- ❐ يجب أن تلتزم مجموعة اللاعبين المهاجمة والمجموعة المدافعة بالأقسام الطولية التى يحددها كل تمرين فى مساحة الملعب المستخدمة، سواء فى مساحة ربع أو نصف ملعب أو ثلاثة أرباع الملعب إذا ما كان الملعب كبيرا أو حتى نصفه أو قد يتكون أقل من ربع ملعب، على أن يكون مسموحًا للاعبين بالانطلاق نحو المرمى بعد آخر قمع أو طبق بلاستيكى (راجع الشكل فى أسفل).
- ❐ إن هذا الأساس يطبق عند تنفيذ الأداء فى كل قسم من الأقسام الطولية منفردا، سواء أكانوا مهاجمين أو مدافعين، إما استخدام قسمين أو أكثر فهو أساس يستخدم فى حالات ربط الأقسام الطولية بعضها ببعض، أو بانتقال لاعب أو أكثر وهى حالات سوف تذكر فيما بعد.



الأساس رقم ١٤

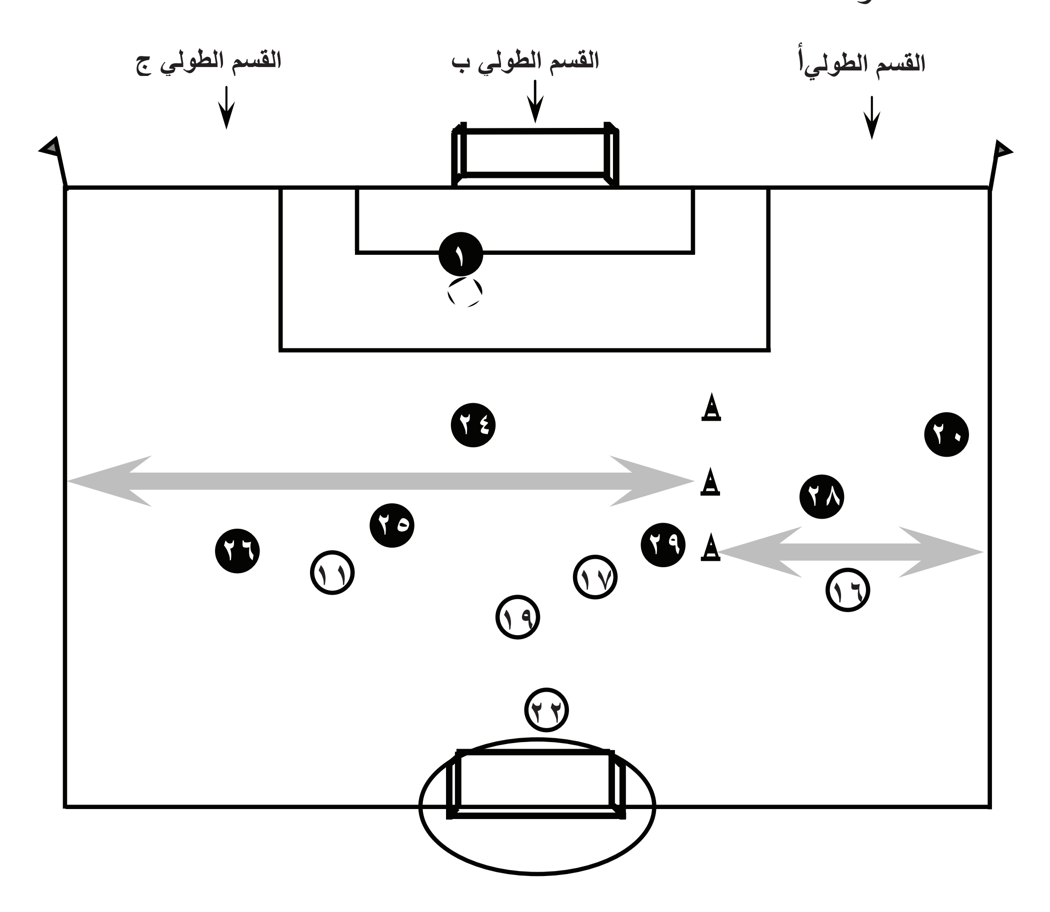
- ☐ فى حال استخدام ملاعب البراعم والصغار يستخدم طول الملعب كله باعتبار ملعبهم صغيرا.

الأساس رقم ١٥

- ☐ فى حالة استخدام تمرينات الطريقة للتعلم والتدريب على المهارات الدفاعية أو الخطط الدفاعية، أو التحركات فى نظم اللعب، فإن التمرين يبدأ من مرمى المجموعة المهاجمة أيضا، بغرض إحراز هدف فى مرمى المجموعة المدافعة، وفى هذه الحالة سوف يكون بإمكان المدرب تطوير الأداء الدفاعى للمجموعة المدافعة من خلال استخدام المهارة الدفاعية أو القاعدة الخططية الدفاعية، أو الخطة الدفاعية، أو التحركات الدفاعية فى نظم اللعب المختلفة بهدف العمل على منع إحراز هدف فى مرمى الفريق المدافع.
- ☐ ويستطيع المدرب استخدام عدد متنوع من المهاجمين والمدافعين فى التمرين.
- ☐ كما يمكن للمدرب استخدام مساحات متنوعة كربع الملعب أو نصفه أو ثلاثة أرباعه أو الملعب كاملا.
- ☐ كما يستطيع المدرب أيضا استخدام ٤ أقسام طولية أو ثلاثة أو قسمين أو الملعب المفتوح.
- ☐ ويستطيع المدرب كذلك استخدام عروض للأقسام الطولية أما متساوية أو مختلفة فى عرضها.
- ☐ إن هذا التنوع الكبير فى المتغيرات التى يمكن أن يستخدمها المدرب تتيح له تباديل وتوافق متناهية استخدمها المؤلف فى تطوير طريقة مفتى الطولية للتوصل إلى مئات الألوف من التمرينات.

الأساس رقم ١٦

- في كافة التمرينات باستخدام طريقة مفتى الطولية يمكن للمدرب زيادة مساحة القسم الطولى بضم قسمين طوليين أو أكثر معا، إن من شأن ذلك زيادة المساحة العرضية للقسم المطلوب زيادة عرضه، ويلجأ المدرب لهذا الأساس لزيادة المساحة المطلوب تنفيذ المهارات أو القواعد الخططية أو خطط اللعب أو تحركات اللاعبين فيها سواء أكانت هجومية أم دفاعية.
- في الشكل التالى قام المدرب بضم كلا من القسم الطولى ب، القسم الطولى ج ليكونا قسما واحدا.



- قد يهدف المدرب لتنفيذ اللاعبان المهاجمان ٢٠و٢٨ لأداء هجومى معين فى ظل وجود المدافع ١٦ وربما يهدف إلى أن يقوم المدافع١٦، بأداء مهارات أو خطط معينة أمام المهاجمان ٢٠و٢٨.

- وقد يهدف المدرب كذلك إلى تنفيذ المهاجمين ٢٤و٢٥و٢٩و٢٦ بالقسم الذى تكون نتيجة ضم القسم ب،ج ربما يهدف إلى تنفيذ تحركات خططية أو قواعد خططية هجومية معينة فى مواجهة المدافعين١٧و١٩و١١، وذلك فى ضوء المساحة التى تم تكوينها بضم القسمين ب،ج، وربما أيضا يهدف إلى تنفيذ المدافعين ١٧و١٩و١١ لخططية دفاعية معينة.

- بإمكان المدرب التلاعب بعروض الأقسام الطولية من خلال ضم بعض أو كل الأقسام الطولية لتحقيق أهدافه التدريبية سواء الهجومية أو الدفاعية.

- بطبيعة الحال يمكن للمدرب أن يستخدم أساس ضم الأقسام فى مساحة ربع ملعب أو نصفه أو ثلاثة أرباعه أو الملعب كاملا، والأمر يرجع إلى المستوى الفنى للاعبيه ومرحلتهم السنية وهدف المدرب من التمرين.

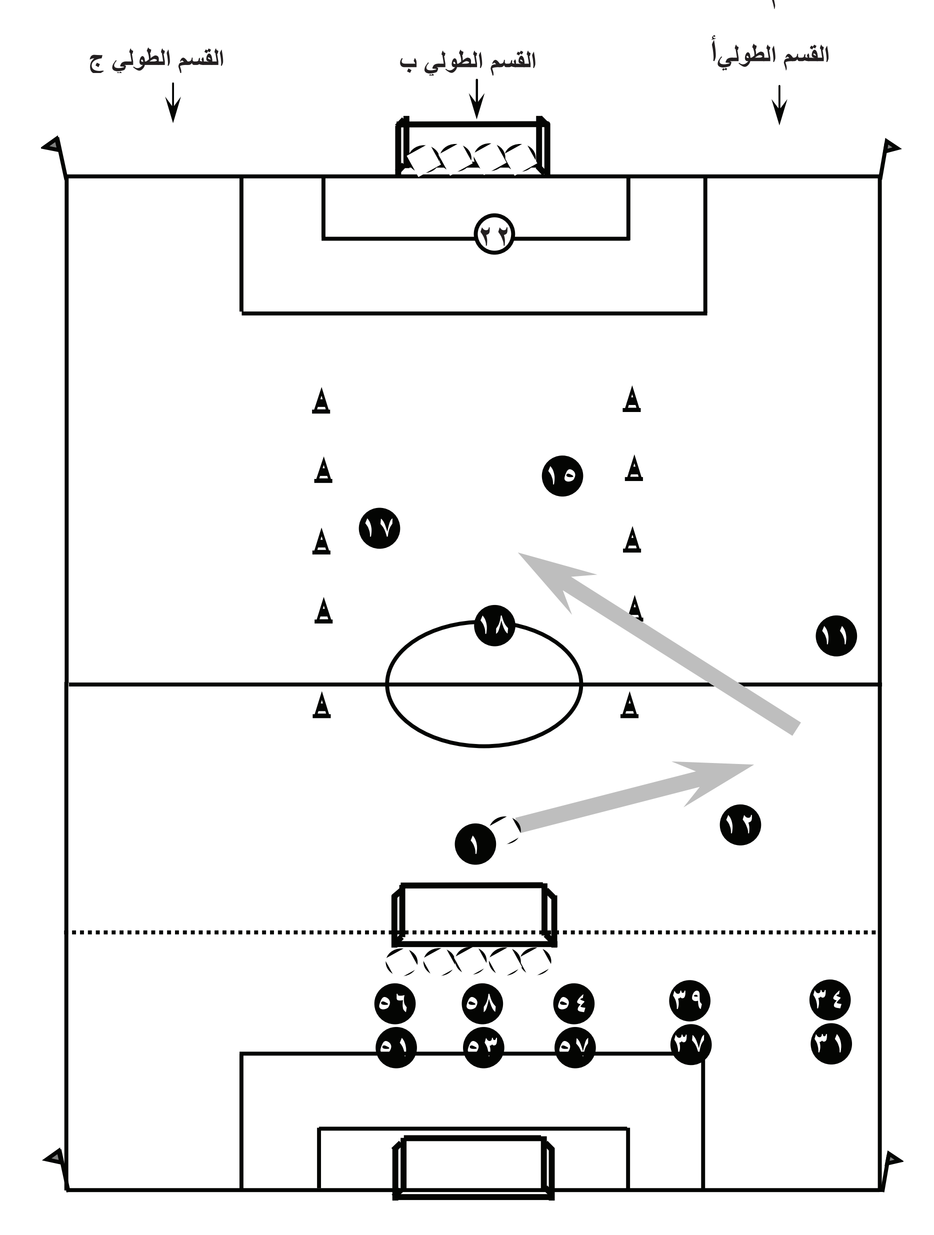
الأساس رقم١٧

- بإمكان المدرب تقسيم مجموعة لاعبين هجومية أو دفاعية إلى مجموعتين أو أكثر، بحيث تقوم كل منها بالأداء فى حدود القسم المعين المحدد لها دون انتقال أى لاعب من المجموعتين أو الثلاث مجموعات من قسم إلى آخر، وفى ذات الوقت تؤدى المجموعات كلها كفريق واحد، من خلال ربط أداء المجموعات بتمرير الكرة فيما بين لاعبى المجموعات.

- راجع الشكل التالى سوف تلاحظ أن مجموعة اللاعبين بالقسم أ، والتى تتكون من اللاعبين ١١ و١٢ والمجموعة بالقسم ب، والتى تتكون من اللاعبين ١٥و١٧و١٨ إنما تنفذان هجوم على مرمى الحارس ٢٢، بدءا من حارسهم ١بهدف إحراز هدف فى مرمى الحارس ٢٢ بحيث لا يندفع أى لاعب من قسمه إلى القسم المجاور له.

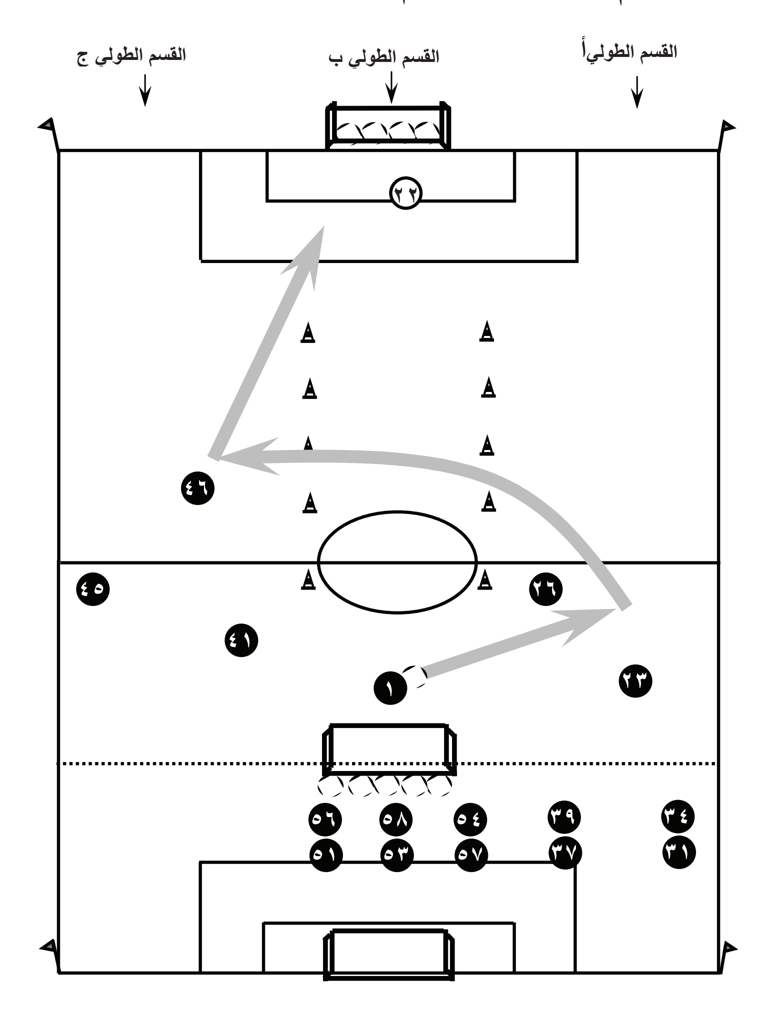
❑ لاحظ المجموعات المنتظرة خلف خط المرمى لأخذ أدوارها فى تنفيذ التمرين.

❑ بالإمكان أن يستخدم المدرب هذا الأساس فى تخطيط وتنفيذ تمرينات بربع ملعب أو نصفه أو ثلاثة أرباعه أو الملعب كاملا، إن الأمر يرجع إلى المستوى الفنى للاعبيه ومرحلتهم السنية والهدف الذى يريد المدرب تحقيقه من التمرين.



الأساس رقم ١٨

❑ بالإمكان استخدام قسم محرم لا يدخله أى لاعب من لاعبى المجموعات المشاركة فى التمرين والتى تؤدى كل مجموعة منها فى القسم الخاص بها، بحيث يتناقل المجموعتان المهاجمتان التى تكون فريق واحد الكرة فيما بين لاعبيها من قسم إلى آخر من خلال التمريرات الطويلة، أى أنه يكون هناك قسم طولى فارغ من اللاعبين (قسم طولى محرم دخوله يفصل بين المجموعتين المكونين للفريق الواحد)، بمعنى وجود قسم طولى أو أكثر يحرم على اللاعبين جميعا دخوله.



❑ و يلاحظ إمكانية استخدام أقسام محرمة ذات عروض مختلفة.

الأساس رقم ١٩

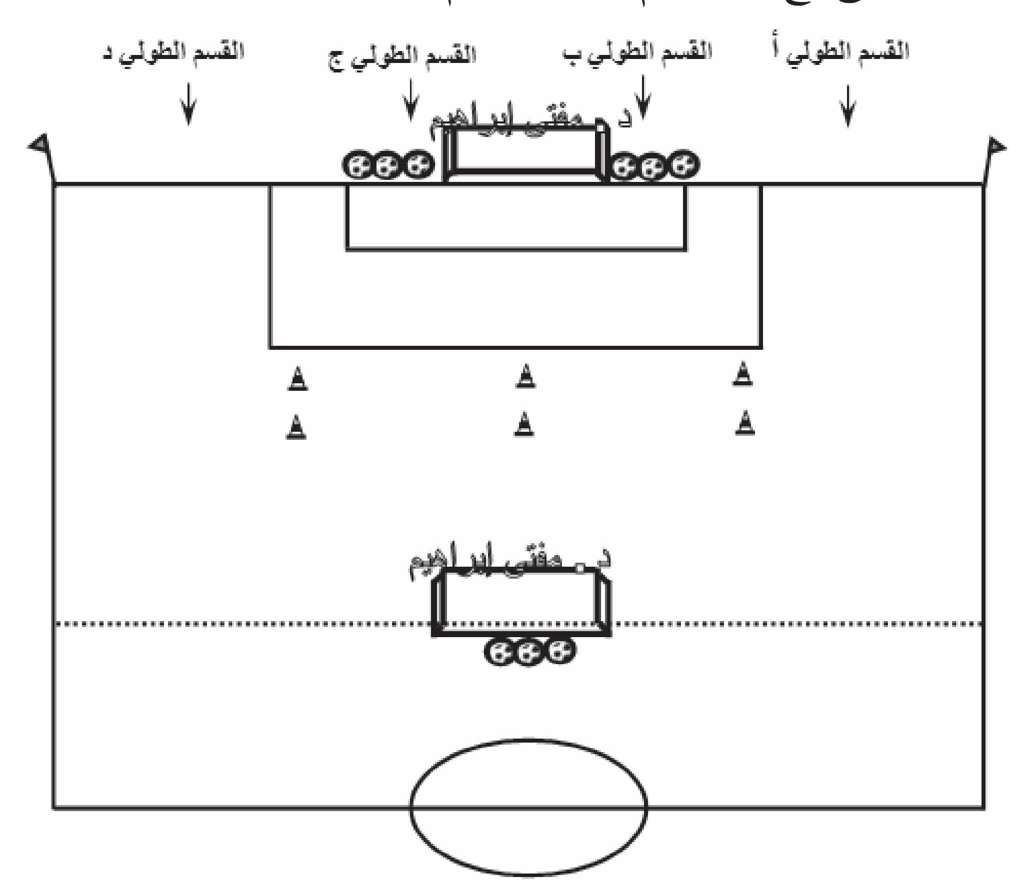
❑ فى حال حدوث موقف ثابت خلال تنفيذ أحد تمرينات طريقة مفتى الطولية كضربة حرة أو رمية تماس أو ضربة جزاء يجب تنفيذ الموقف الثابت فى ذات القسم وفى ظل الظروف التى احتسب فيها.

نماذج نصف الملعب لطريقة مفتى الطولية التى يمكن أن يستخدمها المدرب خلال تخطيط وتطبيق التقسيمات المختلفة بطريقة مفتى الطولية

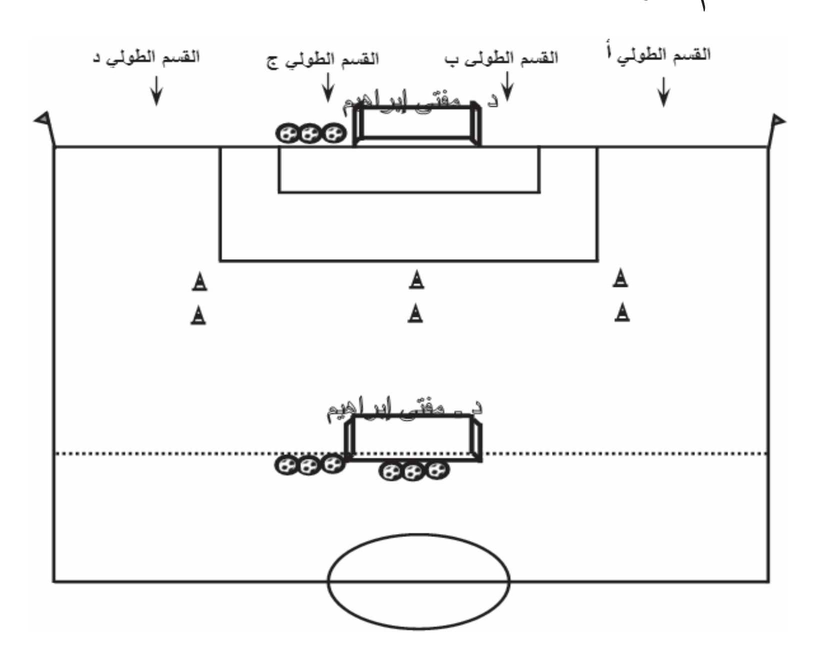
❐ فى هذا الفصل يقدم المؤلف بعض نماذج للملاعب التى يمكن استخدامها فى تقسيمات طريقة مفتى الطولية حيث يمكن للمدرب أن يستخدمها خلال تخطيطه لتلك التقسيمات فى وحدة التدريب.

❐ يلاحظ أنه سيتم عرض نماذج نصف الملعب فقط.

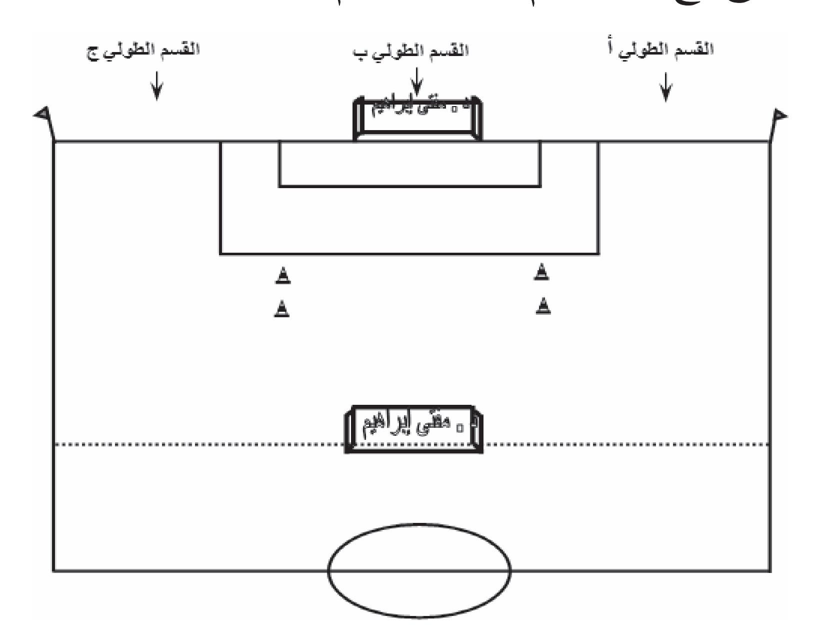
أولا: نموذج ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام طولية متساوية فى عرضها.



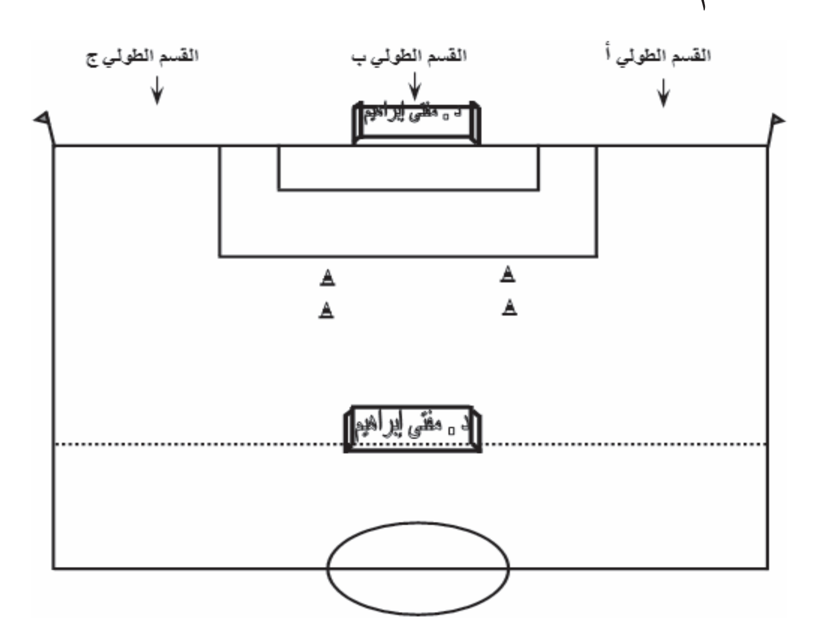
ثانيًا: نموذج ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام غير متساوية فى عرضها، حيث يلاحظ صغر عرض القسم الطولى «أ».



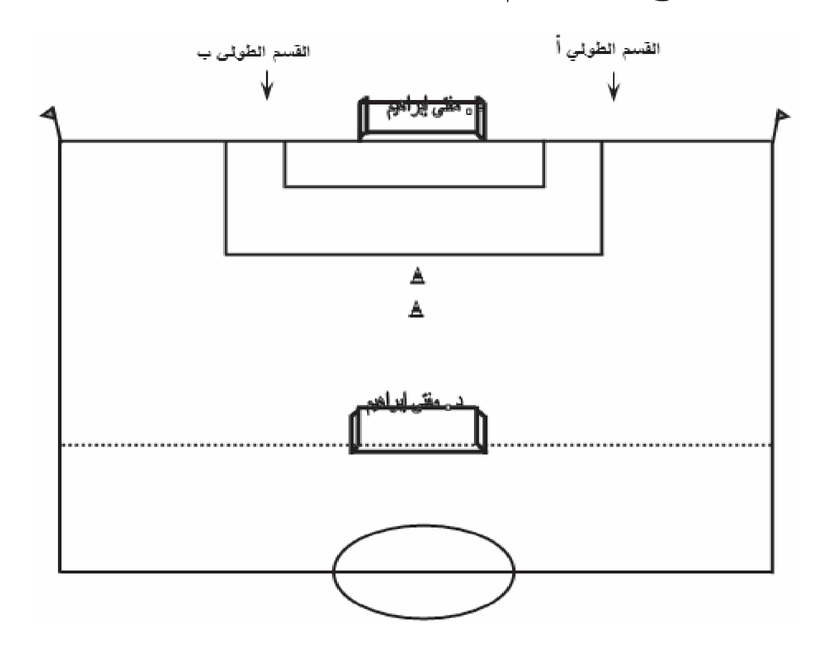
ثالثًا: نموذج ربع ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام متساوية فى عرضها.



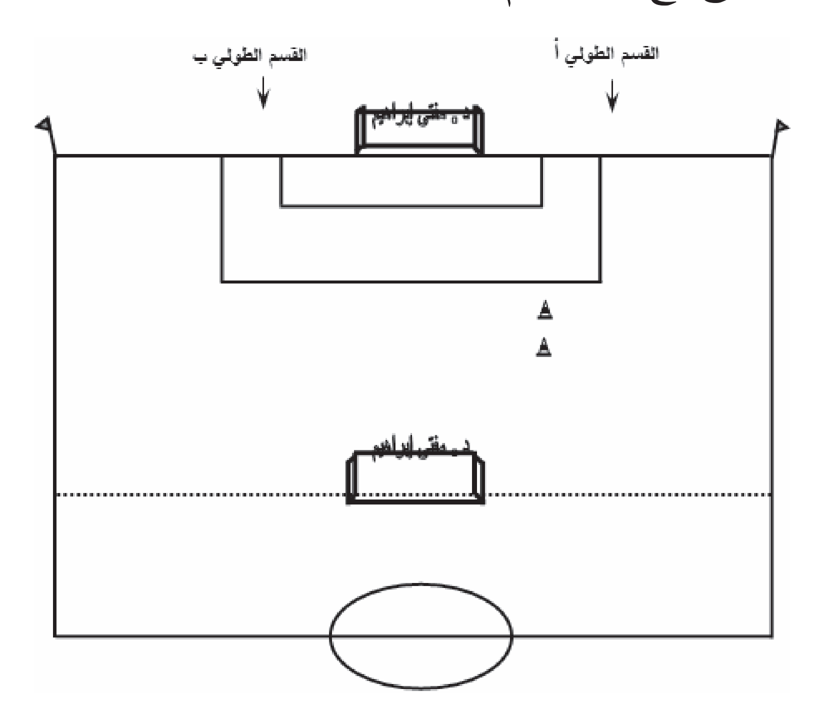
رابعًا: نموذج ربع ملعب مقسم إلى ٣ أقسام غير متساوية فى عرضها حيث يلاحظ صغر عرض القسم الطولى الأوسط «ب».



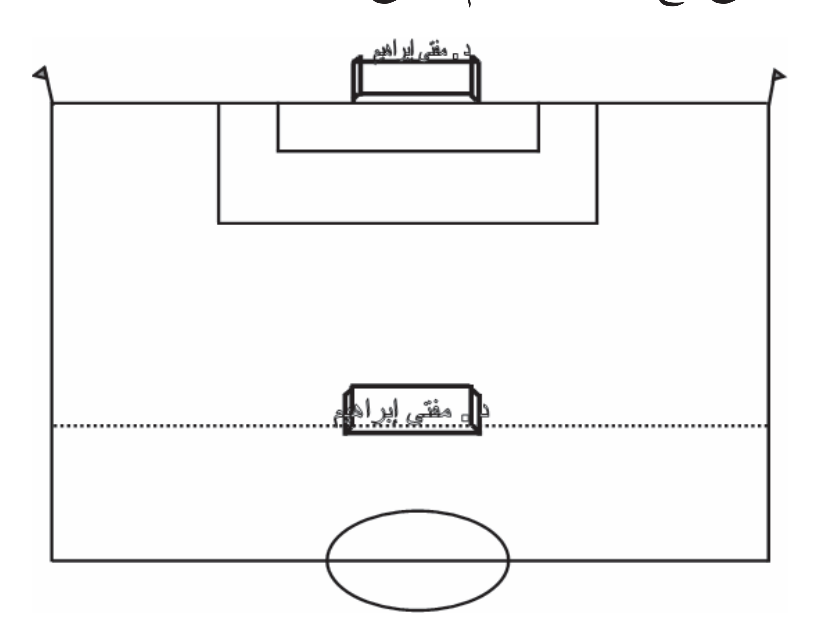
خامسًا: نموذج ربع ملعب مقسم طوليا إلى قسمين طوليين متساويين فى عرضهما.



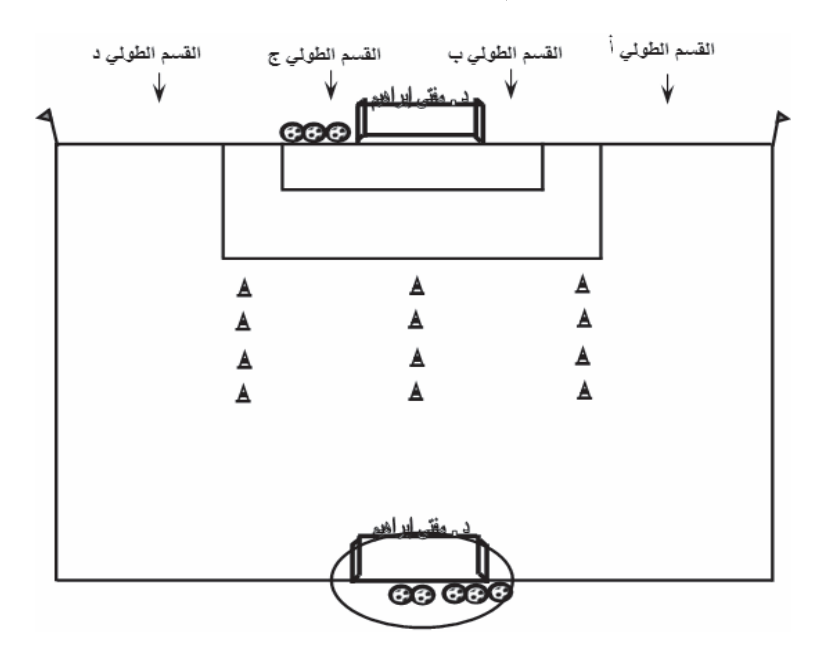
سادسًا: نموذج ربع ملعب مقسم طوليا إلى قسمين طوليين غير متساويين فى عرضهما.



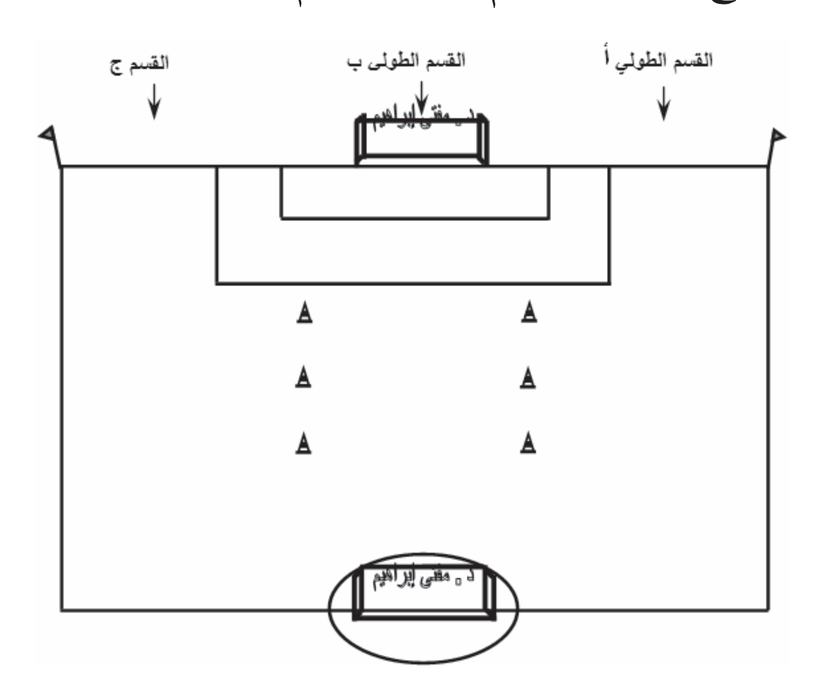
سابعا: نموذج ربع ملعب غير مقسم (مفتوح).



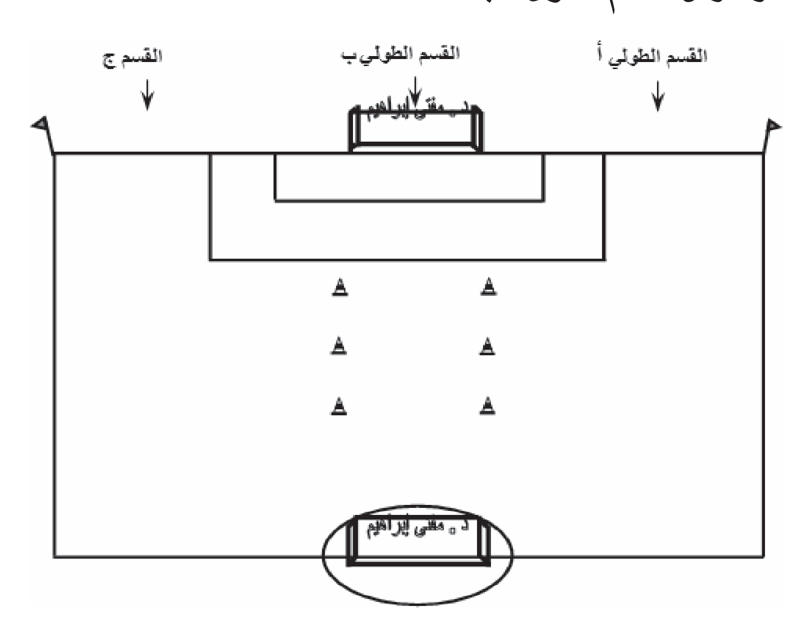
ثامنًا: نموذج نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٤ أقسام.



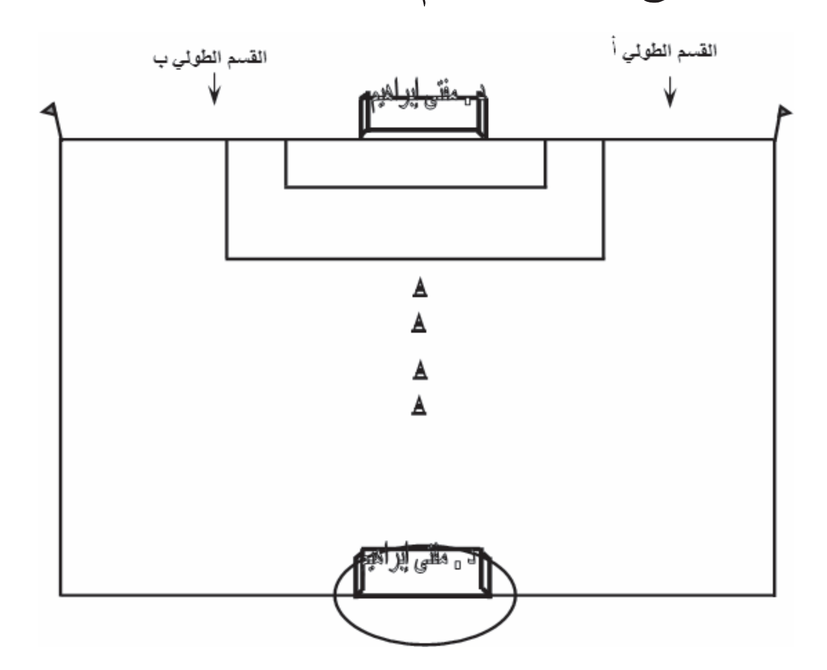
تاسعًا: نموذج نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام متساوية في عرضها.



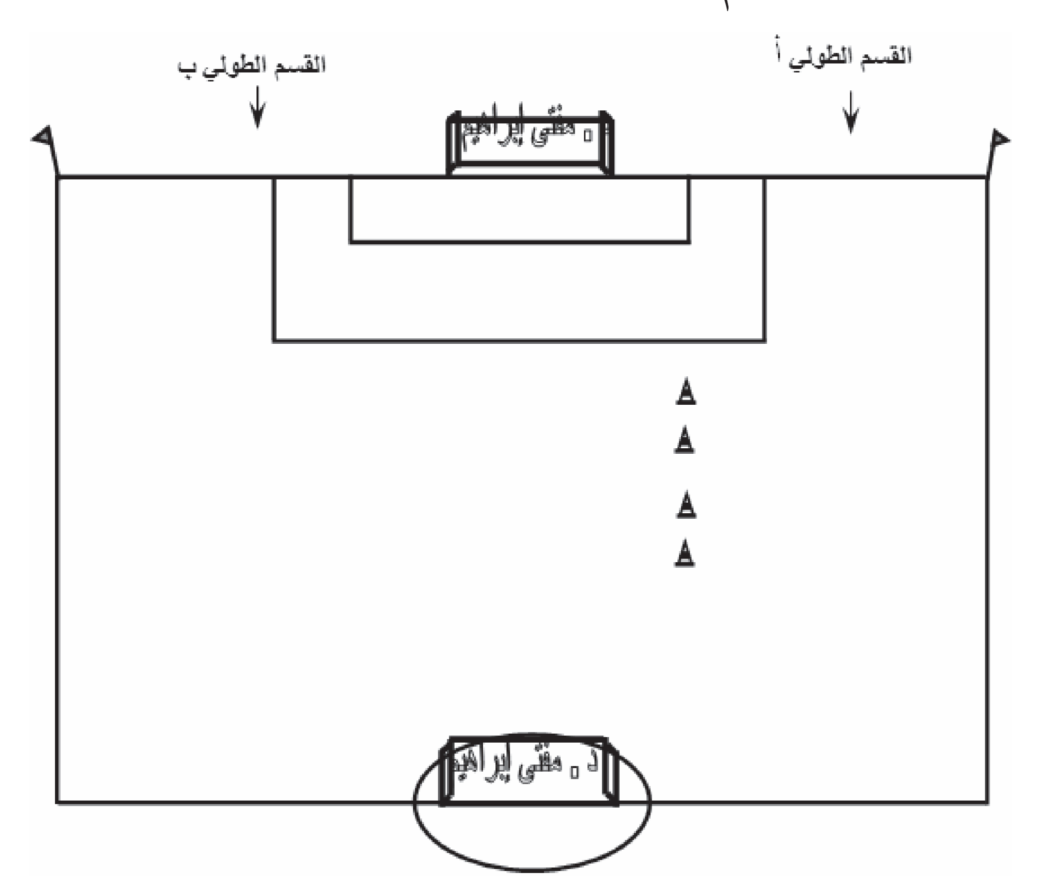
عاشرا: نموذج نصف ملعب مقسم طوليا إلى ٣ أقسام غير متساوية فى عرضها حيث يلاحظ صغر عرض القسم الطولى «ب».



حادى عشر : نموذج نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين متساويين فى عرضهما.



ثانى عشر: نماذج نصف ملعب مقسم طوليا إلى قسمين غير متساويين فى عرضهما حيث يلاحظ صغر عرض القسم الطولى «أ».



المراجع

أولا: المراجع العربية

١) مفتى إبراهيم (٢٠١٥م) التحركات الخططية الهجومية فى طرق لعب كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

٢) مفتى إبراهيم (٢٠١٥م) جمل الإحساس المركبة مع المهارات فى كرة القدم،دار الكتاب الحديث، القاهرة..

٣) مفتى إبراهيم (٢٠١٤م) العضلية المركبة مع المهارات فى كرة القدم المساحات الخالية فى كرة القدم، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٤) مفتى إبراهيم(٢٠١٤م) جمل القوة العضلية المركبة مع المهارات فى كرة القدم المساحات الخالية فى كرة القدم،مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٥) مفتى إبراهيم (٢٠١٢م) خلق المساحات الخالية فى كرة القدم،مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٦) مفتى إبراهيم(٢٠١١م) تطوير مهارات كرة القدم بالأسابيع التدريبية، دار الفكر العربى، القاهرة.

٧) مفتى إبراهيم (٢٠١١م): برامج فترة الإعداد فى كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

٨) مفتى إبراهيم (٢٠١١م):المرجع الشامل فى كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

٩) مفتى إبراهيم (٢٠١٠م): خطط اللعب السائدة بمباريات كأس العالم بجنوب إفريقيا٢٠١٠م دراسة تحليلية.

١٠) مفتى إبراهيم (٢٠١٠م): طريقة ٤-٤-٢ التعليم والتطوير بطريقة مفتى الطولية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١١) مفتى إبراهيم (٢٠١٠م): المرجع الشامل فى كرة القدم، دار الكتاب الحديث،القاهرة.

١٢) مفتى إبراهيم (٢٠١٠م): برامج أكاديميات كرة القدم، منشأة المعارف، الإسكندرية.

١٣) مفتى إبراهيم، عبد الرحمن سيار(٢٠١٠م): منظومة تأسيس أكاديميات كرة القدم المؤتمرالعلمى الدولى الثالث عشر التربية الرياضية والرياضة وتحديات الألفية الثالثة كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة جامعة حلوان.

١٤) مفتى إبراهيم (٢٠١٠م): اللياقة البدنية،دار الكتاب الحديث، القاهرة.

١٥) مفتى إبراهيم (٢٠٠٩م): التدريب الرياضى للناشئين والمدرب الناجح،دار الكتاب الحديث، القاهرة.

١٦) مفتى إبراهيم (٢٠١٠م): المرجع الشامل فى التدريب الرياضى، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

١٧) مفتى إبراهيم محمد(٢٠٠٥م):الدفاع لبناء الهجوم فى كرة القدم،دار الفكرالعربى، القاهرة.

١٨) مفتى إبراهيم (٢٠٠٢م): التدريب الرياضى التربوى، مؤسسة مختار بالقاهرة.

١٩) مفتى إبراهيم محمد (٢٠٠١م) : التدريب الرياضى الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة، ط ٢، دار الفكر العربى، القاهرة.

٢٠) مفتى إبراهيم (٢٠٠٠م):المهارات الرياضية، مركز الكتاب للنشر، بالقاهرة.

٢١) مفتى إبراهيم (١٩٩٩م): بناء الفريق، دار الفكر العربى بالقاهرة.

٢٢) مفتى إبراهيم محمد (١٩٩٨م) : الجديد فى الإعداد المهارى والخططى للاعب كرة القدم، دار الفكر العربى، القاهرة.

٢٣) مفتى إبراهيم محمد (١٩٩٨م) : تمرينات الإحماء والمهارات فى برامج كرة القدم، الجزء الثانى، مركز الكتاب للنشر، جامعة حلوان.

٢٤) مفتى إبراهيم محمد (١٩٩٥م): دراسة تجريبية لفاعلية التدريب الطولى كطريقة جديدة فى رفع مستوى خطط اللعب الهجومية والدفاعية لاعبى كرة القدم، بحث منشور، مجلة المؤتمر العلمى، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

ثانيا: المراجع الأجنبية

25) FIFA (2010),world cup2010 South Africa.

26) FIFA (2008), Olympic football, tournament Beijing.

27) FIFA (2006), Word cup Germany, world cup2006.

28) FIFA (2002), Word cup Korea-Japan, world cup2002.

الفهرس

الموضوع **صفحة**